

**IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK
SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI PERILAKU
MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS XI
DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG
TAHUN AJARAN 2018/2019**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-tugas dan Memenuhi
Syarat-syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1
Dalam ilmu Bimbingan dan Konseling

Oleh:

MIRZANDI

NPM : 1411080229

Jurusan: Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam



**FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN
LAMPUNG
1441H / 2019**

ABSTRAK

IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG TAHUN AJARAN 2018/2019

**Oleh
MIRZANDI**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh adanya peserta didik yang pernah membolos sekolah sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat tema tersebut sebagai judul karena hal tersebut berkenaan dengan keberhasilan dalam proses belajar mengajar di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana Implementasi Teknik *Self-Management* Dalam Menangani perilaku Membolos Peserta Didik Di SMA Budaya Bandar Lampung Tahun Pelajaran 2018/2019 Untuk mencapai tujuan penelitian tersebut diatas, peneliti menggunakan metode deskriptif kualitatif yakni dengan menggunakan analisis kalimat demi kalimat yang menyangkut tentang penanggulangan yang dilakukan guru bimbingan dan konseling untuk menurunkan perilaku membolos peserta didik melalui bimbingan individu yang dilakukan oleh guru pembimbing. Mengingat data yang dianalisis data secara deskriptif kualitatif . Artinya dalam melakukan analisis data dan menarik kesimpulan akhir, penulis tidak menggunakan rumus statistic dan uji hipotesis. Data awal peserta didik yang didapat oleh peneliti yaitu melihat dahulu jumlah kelas SMA budaya Bandar lampung. Setelah melakukan observasi melalui data absensi, buku agenda kasus, serta wawancara guru bk. Hasil penelitian menunjukan bahwa perilaku membolos pada peserta didik dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Dan peran guru prmbimbing dalam menangani perilaku membolos adalah dengan cara menerapkan teknik *self management*.

Kata kunci: Teknik *self management*, perilaku membolos



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

PERSETUJUAN

**Judul Skripsi : IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN
TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI
PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS XI
DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG**

Nama : Mrzandi
NPM : 1411080229
Program Studi : Bimbingan Konseling Pendidikan Islam
Fakultas : Tarbiyah dan Keguruan

MENYETUJUI

**Untuk Dimunaqasyahkan dan Dipertahankan Dalam Sidang Munaqasyah
Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung**

Pembimbing I

Dr. Oki Dermawan, M.Pd
NIP. 197610302005011001

Pembimbing II

Nova Erlina, S.I.Q., M.Ed
NIP. 19781114200912003

Ketua Jurusan
Bimbingan Konseling Pendidikan Islam

Dr. Rifda El Fiah, M.Pd
NIP. 196706221994032002



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS TARBIYAH DAN KEGURUAN

Alamat: Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703260

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul: **IMPLEMENTASI KONSELING INDIVIDUAL DENGAN TEKNIK SELF MANAGEMENT DALAM MENANGANI PERILAKU MEMBOLOS PESERTA DIDIK KELAS XI DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG** disusun oleh: **MIRZANDI, NPM. 1411080229**, Jurusan **Bimbingan Konseling Pendidikan Islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan** telah dimunaqasyahkan pada hari / tanggal : **Kamis / 5 September 2019**.

TIM MUNAQASYAH

Ketua : **Dr. Imam Syafei, M.Ag** (.....)

Sekretaris : **Mega Aria Monica, M.Pd** (.....)

Penguji Utama : **Drs. H. Yahya AD, M.Pd** (.....)

Penguji Pendamping I : **Dr. Oki Dermawan, M.Pd** (.....)

Penguji Pendamping II : **Nova Erlina, S.I.Q., M.Pd** (.....)

Mengetahui,
Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan



Prof. Dr. Hj. Nova Diana, M.Pd
NIP. 19640828 198803 2 002

MOTTO

لَهُ مُعَقِّبَتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ

يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّن دُونِهِ مِن وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya :

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merobah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merobah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri, dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, Maka tak ada yang dapat menolaknya; dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia”. (Q.S. Ar’ad : 11)¹

PERSEMBAHAN

¹ Qur'an Surat Ar-ad Ayat 11

Skripsi ini di persembahkan kepada Kedua Orang tuaku tercinta yang saya banggakan, ayahku (Alm)Choirudin dan ibuku Sahmawati yang telah mengasuh dan mendidikku dengan penuh kasih sayang, kesabaran dan ketulusan, serta tak pernah henti memberikan dukungan dan do'a untukku, Kakak ku tersayang Lia Melisa,S.Kom dan Dewan Putra sebagai penyemangatku. Teman seperjuanganku Fitrado Fanareza, Karsani, yang selalu membantu , teman-teman kosan ku Riyan Hidayat, Mikel Andi Rohman, Eldy Yolanda, Rizki Ananda, Hurri Agosto ,Wendi Agustiawan, Hesta Junika, dan teman-teman kelas BK D serta teman satu angkatan bimbingan dan konseling 2014 yang selalu memberikan dukungan. Almamaterku UIN Raden Intan Lampung yang telah mengajarkan ku untuk belajar bersikap ,berfikir dan bertindak lebih baik.

RIWAYAT HIDUP

Penulis bernama Mirzandi dilahirkan pada tanggal 13 Desember 1994 di Desa Gunung Kemala, Krui Kabupaten Pesisir Barat. Penulis adalah anak kedua dari dua bersaudara dari pasangan bapak Alm. Choirudin dan ibu Sahmawati.

Penulis memulai pendidikan di SD Negri 1 Tanjung Raya dari tahun 2001 lulus pada tahun 2007, kemudian melanjutkan di SMP Negeri 2 Liwa Lampung Barat dari tahun 2007 sampai dengan tahun 2010, kemudian melanjutkan di SMK Negeri 1 Liwa dari tahun 2010 kemudian lulus pada tahun 2013, pada tahun 2013 peneliti terhenti pendidikannya.

Pada tahun 2014, penulis terdaftar sebagai Mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Tarbiyah, Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung.

Penulis menjalankan kuliah kerja nyata di Desa Way Gelam, kecamatan Candipuro Lampung Selatan dan selesai pada tahun 2017

Bandar Lampung, 2019
Penulis

MIRZANDI

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum wr.wb

Dengan mengucap Syukur Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT. yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan peenyusunan skripsi ini dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd), dalam bidang program studi Bimbingan dan Konseling pendidikan islam (BKPI). yang berjudul **“Implementasi Konseling Individual Dengan Teknik *Self Management* Dalam Menangani Perilaku Membolos Peserta Didik Kelas XI Di SMA Budaya Bandar Lampung tahun ajaran 2018/2019”**

Dengan kerendahan hati disadari bahwa dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mnengalami kesulitan dan hambatan namun berkat bimbingan serta motivasi dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat terselsaikan. Melalui skripsi ini penulis ucapkan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Prof. Dr. Hj. Nirva Diana, M.Pd, Selaku Dekan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung ;
2. Dr. Rifda El Fiah,M.Pd, selaku ketua jurusan Bimbingan dan Konseling

Pendidikan Islam UIN Raden Intan Lampung.

3. Rahma Diani, M.Pd sekretaris jurusan Bimbingan dan konseling pendidikan islam Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung.
4. Dr. Oki Dermawan, M.Pd pembimbing I yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselsaikan dengan baik.
5. Nova Erlina,S.I.Q., M.Ed selaku pembimbing II yang telah menyediakan waktunya dalam memberikan bimbingan dan pengarahan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselsaikan dengan baik.
6. Bapak dan Ibu dosen serta staf karyawan di lingkungan Fakultas Tarbiyah dan Keguruan UIN Raden Intan Lampung, terima kasih banyak telah memberikan ilmunya selama perkuliahan;
7. Keluarga besar SMA Budaya Bandar Lampung yang telah membantu dan memberikan izin kepada peneliti di sekolah yang beliau pimpin;
8. Sahabat sahabat terbaik dalam mengejar impian Fitrado Fanareza, Karsani, Lia Aneka Sari, Titin Sumarni, Rosmaeni, Sapriyanto, Rudi Herwanto, Salvian, Pandu Wilantara, Eko Rian Aryanto dan teman-teman kelas D yang saya cintai. Trimakasih telah memberi semangat, motivasi saran yang tiada hentinya Seseorang yang spesial Ria Eliza Wati

yang selalu membantu dan menjadi penyemangatku. .

9. Senior-seniorku dikampus hijau, dan terimakasih atas segala dukungan, semangat dan memberikan motivasi kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan karya ilmiah ini.
10. Keluarga besar KKN Way Gelam dan teman-teman PPL SMA N 15 Bandar Lampung..
11. Teman-teman angkatan 2014 yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan keberkahan-NYA kepada kita semua.

Penulis menyadari penulisan ini masih banyak kekurangan dalam penulisan. Oleh sebab itu kepada para pembaca kiranya dapat memberikan masukan dan saran yang sifatnya membangun. Akhirnya dengan iringan ucapan terima kasih penulis panjatkan kehadiran Allah SWT. Semoga jerih payah semua pihak bermanfaat bagi penulis khususnya dan bagi pembaca umumnya. Aamiin.



Bandar Lampung, 13 Februari 2019

Mirzandi

NPM.141108029

DAFTAR ISI

| | |
|------------------------------------|-----|
| HALAMAN JUDUL | i |
| ABSTRAK | ii |
| SURAT PERSETUJUAN PEMBIMBING | iii |
| PENGESAHAN..... | iv |
| MOTTO | v |
| PERSEMBAHAN | vi |
| RIWAYAT HIDUP | vii |
| KATA PENGANTAR..... | ix |
| DAFTAR ISI..... | x |
| DAFTAR TABEL | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN..... | xii |



BAB I PENDAHULUAN

| | |
|---------------------------------|---|
| A. Penegasan Judul | 1 |
| B. Alasan Memilih Judul | 2 |
| C. Latar Belakang Masalah | 2 |
| D. Fokus Penelitian..... | 8 |
| E. Rumusan Masalah..... | 9 |
| F. Tujuan Penelitian | 9 |

| | |
|-----------------------------|---|
| G. Manfaat Penelitian | 9 |
|-----------------------------|---|

BAB II LANDASAN TEORI

| | |
|---|----|
| A. Konseling Individual..... | 11 |
| 1. Pengertian Konseling Individual..... | 11 |
| 2. Tujuan Konseling Individual | 12 |
| 3. Kondisi Hubungan Konseling..... | 13 |
| 4. Proses Konseling Individual | 14 |
| 5. Asas..... | 17 |
| B. Teknik <i>Self Management</i> | 20 |
| 1. Pengertian <i>Self Management</i> | 20 |
| 2. Teknik Konseling <i>Self Management</i> | 23 |
| 3. Tujuan Teknik <i>Self Management</i> | 25 |
| 4. Manfaat Teknik <i>Self Managemenet</i> | 26 |
| 5. Faktor-faktor keefektifan dalam pelaksanaan teknik <i>Self Management</i> | 27 |
| 6. Tahap-tahap Pengelolaan Diri (<i>Self Management</i>)..... | 27 |
| 7. Kelebihan dan Kelemahan teknik <i>Self Management</i> | 32 |
| a. Kelebihan teknik <i>Self Management</i> | 32 |
| b. Kekurangan teknik <i>Self Management</i> | 33 |
| C. Perilaku Membolos | 33 |
| 1. Pengertian Membolos | 33 |
| 2. Gejala Peserta Didik Yang Membolos..... | 34 |
| 3. Pembentukan Perilaku Membolos | 35 |
| 4. Teori Perilaku..... | 35 |
| 5. Faktor-faktor Penyebab Peserta Didik Membolos..... | 35 |

| | |
|--|----|
| 6. Dampak Negatif Perilaku Membolos..... | 36 |
| D. Konseling Individual..... | 37 |
| E. Kerangka Pikir | 38 |

BAB III METODE PENELITIAN

| | |
|--|----|
| A. Jenis Penelitian..... | 40 |
| B. Subjek dan Objek Penelitian..... | 41 |
| C. Metode Pengumpulan Data..... | 41 |
| 1. Metode Interview | 42 |
| 2. Metode Observasi | 42 |
| 3. Metode Dokumentasi | 43 |
| D. Uji Keabsahan Data | 44 |
| 1. Triangulasi | 45 |
| 2. Kecukupan Referensial | 45 |
| E. Teknik Analisis Data..... | 46 |
| 1. Reduksi Data..... | 46 |
| 2. Penyajian Data | 47 |
| 3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi | 48 |



BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

| | |
|--|----|
| A. Gambaran Umum Sekolah..... | 49 |
| B. Deskripsi hasil penelitian..... | 57 |
| C. Hasil observasi dengan guru bk SMA Budaya Bandar lampung..... | 58 |
| D. Pertanyaan yang berhubungan dengan peran guru bk | 59 |
| E. Hasil wawancara dengan guru bk SMA Budaya Bandar Lampung | 60 |
| F. Langkah-langkah pelaksanaan konseling individu dengan teknik <i>self</i> <i>Management</i> | 62 |

| | |
|---|----|
| G. Contoh dialog sesi konseling oleh guru BK dengan menggunakan <i>Self Management</i> : | 64 |
| H. Pembahasan..... | 70 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|---------------------|----|
| A. Kesimpulan | 72 |
| B. Saran | 73 |



DAFTAR TABLE

| | Halaman |
|---|---------|
| 1. Data Membolos Peserta Didik Kelas XI A,C Semester Genap TP.2017/2018 SMA Budaya Bandar Lampung | 6 |
| 2. Langkah-Langkah <i>Self</i> -Monitoring | 30 |
| 3. Kerangka Pikir Penelitian implementasi konseling individual dengan teknik <i>self management</i> dalam menangani perilaku..... | 39 |
| 4. Data Tenaga Pengajar/ Guru SMA Budaya Bandar Lampung | 52 |
| 5. Lapangan Olahraga dan Upacara | 56 |
| 6. Ruang Belajar Lain | 56 |
| 7. Sarana Penunjang..... | 57 |



BAB I

PENDAHULUAN

A. Penegasan Judul

1. Implementasi

Menurut Nurdin Usman implementasi adalah bermuara pada aktivitas, aksi, tindakan, atau adanya mekanisme suatu sistem. Implementasi bukan sekedar aktivitas, tetapi suatu kegiatan yang terencana dan untuk mencapai tujuan kegiatan.²

2. Konseling Individual

Menurut Prayitno Konseling individual adalah proses pemberian bantuan yang dilakukan melalui wawancara konseling oleh seorang ahli (konselor) kepada individu yang sedang mengalami sesuatu masalah (klien) yang bermuara pada teratasinya masalah yang dihadapi klien.³

3. Teknik *self Management*

Menurut Gantina Mengatakan bahwa *self Management* merupakan prosedur pada individu untuk mengatur perilakunya sendiri.⁴

4. Perilaku Membolos

Menurut Setyowati bahwa pengertian membolos adalah suatu tindakan yang dilakukan oleh peserta didik dalam bentuk pelanggaran tata tertib sekolah atau meninggalkan sekolah pada jam pelajaran tertentu, meninggalkan pelajaran dari awal sampai akhir guna menghindari pelajaran efektif tanpa ada keterangan yang diterima oleh pihak sekolah atau dengan keterangan palsu.

² Nurdin Usman, Konteks implementasi berbasis

ung, CV Sinar baru. h:70)

³ Prayitno, kumpulan layanan konseling, UNP, F

⁴ Gantina, teori dan teknik konseling, h.82

B. Alasan Memilih Judul

1. Dari segi teori yang mendukungnya dan prakteknya dalam kehidupan nyata.
2. Penulis ingin mengetahui secara mendalam bagaimana penerapan teknik *self Management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik SMA Budaya Bandar Lampung.

C. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa yang penuh masa gejala emosi dan ketidakseimbangan. Informasi global yang diterima oleh remaja sangat cepat tanpa ada penyaring pada dirinya sehingga bantak remaja mengembangkan pola tingkah laku yang menyimpang dari norma-norma umum atau berbuat semuanya sendiri yang dapat mengganggu atau meragukan orang lain.

Pada usia remaja sebaiknya penanaman nilai-nilai norma harus dipertahankan, maka remaja merupakan masa yang sangat penting untuk belajar sekolah. Pelanggaran peraturan sekolah oleh remaja merupakan suatu permasalahan yang dihadapi oleh pihak sekolah. Pelanggaran-pelanggaran yang sering terjadi dilingkungan sekolah dalam kehidupan remaja sehari-hari misalnya belajar terlambat ke sekolah, merokok, dan membolos. Salah satu pelanggaran yang dilakukan peserta didik dan memerlukan tindakan konseling yang tepat adalah perilaku membolos sarwono menyebutkan bahwa membolos merupakan salah satu bentuk dari kenakan remaja yaitu kenakalan yang melawan setatus, misalnya mengingkari status anak sebagai pelajar dengan cara membolos. Membolos juga dikatakan sebagai masalah perilaku negatif yang menyimpang yang dilakukan peserta didik berupa tidak masuk sekolah membolos atau pulang ke sekolah sebelum waktunya dan sering keluar kelas saat waktu pelajaran tindakan membolos dikedenankan sebagai sebuah jawaban atas kejenuhan yang dialami oleh banyak peserta didik lum sekolah.

Pelajar yang membolos bukan hanya salah satu sekolah saja tetapi banyak sekolah yang melakukan yang sama. Tentunya hal ini merugikan , sebab membolos yang dilakukan peserta didik merupakan bentuk kegagalan yang ditunjukkan peserta didik dalam belajar tindakan membolos adalah bentuk perlawanan diri atas status peserta didik itu sendiri, serta merupakan ungkapan kejenuhan yang di alami peserta didik akibat dari rendahnya motivasi belajar.

Teasley (dalam Jacobs & Kristonis) mendefinisikan membolos sebagai setiap kejadian ketika seorang peserta didik tidak hadir disekolah. Stou (Dalam Reid) menjelaskan perilaku membolos merupakan perilaku sebagai absen sekolah untuk alasan yang tidak sah. Sedangkan Reeves mendefinisikan membolos sebagai ketidakhadiran tanpa alasan selama tiga kali atau lebih per semester.⁵ Tindakan membolos adalah tindakan meninggalkan kegiatan belajar mengajar dengan alasan yang tidak jelas.

Dari uraian tersebut membolos dapat diartikan sebagai perilaku peserta didik yang tidak hadir di sekolah dan tidak masuk selama waktu pelajaran yang langsung tanpa alasan yang jelas dengan demikian dapat disimpulkan bahwa perilaku membolos adalah suatu tindakan peserta didik yang melanggar aturan dan tata tertib sekolah yang akan merugikan diri sendiri seperti kerusakan nilai akademik serta hal negatif lainnya dan akan merugikan orang lain ketika sedang berada di luar sekolah dan tentu merugikan peserta didik.

Membolos dalam pandangan agama dipandang sebagai suatu perbuatan tercela. Selain itu melanggar kewajiban-kewajiban yang harus di lakukan sebagai peserta didik yang berkewajiban untuk belajar dan mematuhi tata tertib yang berlaku serta menaati aturan-aturan yang telah ditetapkan sekolah.

⁵ Mahmudah,"Mengurang iPerila Behavior".

Dalam ajaran islam banyak ayat al-qur'an dan hadist yang memerintahkan disiplin dalam arti ketaatan pada peraturan yang telah ditetapkan antara lain surat Hud ayat 112, Allah Berfirman :

فَأَسْتَقِمَّ كَمَا أُمِرْتَ وَمَنْ تَابَ مَعَكَ وَلَا تَطْغَوْا إِنَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ بَصِيرٌ ﴿١١٢﴾

Artinya : Maka tetaplah kamu pada jalan yang benar, sebagaimana diperintahkan kepadamu dan (juga) orang yang telah taubat beserta kamu dan janganlah kamu melampaui batas. Sesungguhnya Dia Maha melihat apa yang kamu kerjakan⁶

Berdasarkan surat hud, dijelaskan bahwa disiplin bukan hanya tepat waktu saja, tetapi juga patuh pada peraturan-peraturan yang ada. Melaksanakan yang diperintahkan dan meninggalkan segala yang dilarangnya. Disamping itu juga melakukan perbuatan tersebut secara teratur terus menerus walaupun hanya sedikit. Karena selain bermanfaat bagi kita sendiri juga perbuatan yang dikerjakan secara continue dicintai Allah swt walaupun hanya sedikit. Dalam surat al-ashr ayat 3 Allah juga berfirman:

إِلَّا الَّذِينَ ءَامَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَتَوَاصَوْا بِالْحَقِّ وَتَوَاصَوْا بِالصَّبْرِ

Artinya:”kecuali orang-orang yang beriman dan mengerjakan amal saleh dan nasehat menasehati supaya menaati kebenaran dan nasehat menasehati supaya menetapi kesabaran”.⁷

Berdasarkan surat Al-ashr ayat 3 yang menjelaskan bahwa agar manusia tidak merugi hidupnya ia harus beriman kepada Allah, melaksanakan ibadah sebagaimana yang di perintahkan, berbuat baik untuk dirinya sendiri dan berusaha menimbulkan manfaat kepada orang lain. Di samping beramal saleh dan beriman mereka saling nasehat menasehati

⁶ Al-Qur'an dan terjemahannya, Bandung.CV diponegoro, 2006

⁷ Al-qur'an dan terjemahannya, (Band :006.

supaya menaati kebenaran dan saling nasihat menasihati serta menjauhi perbuatan maksiat yang setiap orang cenderung ingin melakukannya karna dorongan hawa nafsunya.

Saat ini banyak sekali ditemukan peserta didik yang tidak hadir mengikuti belajar mengajar disekolah pada saat belajar membolos dapat diartikan sebagai perilaku peserta yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak tepat atau bisa juga dikatakan ketidakhadiran tanpa alasan yang jelas. Membolos merupakan salah satu bentuk pelanggaran dari sekolah, yang jika tidak segera diselesaikan atau dicari solusinya dapat menimbulkan dampak yang lebih parah dengan demikian penenganan terhadap peserta didik membolos perlu mendapatkan perhatian yang serius penyebab perilaku membolos yaitu peserta didik merasa kesulitan dalam menerima pelajaran, terpengaruh dengan teman-teman pergaulan, peserta didik dalam rasa sulit, karena tekanan faktor ekonomi keluarga, peserta didik ada hubungan antar personal yang tidak menyenangkan baik dengan guru maupun kepada teman sebaya.⁸ Berdasarkan hasil wawancara dengan guru Bk, ada beberapa peserta didik yang sering membolos. Berikut ini adalah data peserta didik yang membolos sebagai berikut :


Tabel.1
Data Membolos Peserta Didik Kelas XI A,C Semester Genap TP.2017/2018
SMA Budaya Bandar Lampung

| NO. | Nama | Kelas | Keterangan |
|------------|-------------|--------------|-------------------|
| 1. | MZ | XI A | Membolos |
| 2. | RE | XI A | Membolos |
| 3. | ME | XI A | Membolos |
| 4. | RH | XI C | Membolos |
| 5. | RA | XI C | Membolos |

⁸ Mustaqim dan Abdul Wahid, Psikologi Pendidikan, Rineka Cipta, Jakarta, 2003, h.139

| | | | |
|----|----|------|----------|
| 6. | HJ | XI C | Membolos |
| 7. | DS | XI C | Membolos |

Sumber: Catatan Guru BK SMA Budaya Bandar Lampung.⁹

Data awal tersebut terbahas beberapa peserta didik melakukan perilaku membolos yang tidak hanya sekali. Jika hal tersebut terus berlangsung tanpa adanya kesadaran adanya dari warga sekolah akan mengakibatkan mewujudkan permasalahan yang lebih kronis sehingga terjadi kegagalan dalam proses belajar mengajar. Dengan demikian, diperlukan satu cara untuk dapat mengurangi perilaku membolos yaitu salah satunya dalam menerapkan *self management*.

Perilaku membolos yang dilakukan peserta didik tersebut juga telah membawa dampak terhadap prestasi belajarnya. dalam hal ini peserta didik tersebut mempunyai prestasi belajar yang berada di bawah rata-rata. Rata-ratanya prestasi belajar tersebut terlihat dari sejumlah nilai hasil ulangan yang di bawah rata-rata, hal ini terjadi karena peserta didik tersebut tidak menguasai materi pelajaran yang di pelajarnya karena sering tidak masuk sekolah/membolos.

Melihat banyaknya dampak negatif yang muncul dari perilaku membolos tentunya hal tersebut tidak boleh di biarkan. Konseling individu dari guru pembimbing merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting dalam mengatasi masalah perilaku membolos. Menurut Prayitno konseling individu merupakan layanan konseling yang dilakukan oleh seorang konselor terhadap klien dalam rangka pengetasan masalah pribadi klien dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi secara langsung antara klien dan konselor dalam rangka membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien.¹⁰

⁹ Data dengan guru pembimbing dan konseling di SMA Budaya Bandar Lampung

¹⁰ Prayitno. Layanan konseling perorangan padang: universitas negeri padang press.2004.h.1

Berdasarkan hal tersebut maka perlu diadakannya upaya untuk membantu mengatasi perilaku membolos pada peserta didik, dengan upaya memberikan suatu layanan. Salah satu strategi yang dilakukan guru BK adalah menggunakan layanan konseling individu dengan teknik *self management*. Konseling individu adalah konseling perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien. Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antar klien dan konselor membahas masalah yang dialami klien.¹¹

D. Fokus Penelitian

Yang menjadi fokus penelitian ini dalam peneliti adalah:

1. Pengumpulan data
2. Mengetahui bagaimana penerapan *self Management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung

E. Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar belakang masalah maka dapat dirumuskan Masalah sebagai berikut ini : Bagaimanakah implementasi teknik *self Management* dalam menangani perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung ?

Untuk menjawab rumusan masalah diatas diajukan beberapa pertanyaan peneliti :

1. Bagaimana penanganan/perencanaannya ?
2. Bagaimana Tahap-tahap pelaksanaannya ?
3. Bagaimana Hasilnya ?

¹¹ Prayetno.2004 Layanan Konseling perorangan. Padang Universitas Negeri Padang Pres.H.1

F. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana implementasi teknik *self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung.

G. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan baru yang memberikan masukan bagi ilmu bimbingan konseling, khususnya bagi konselor sekolah dan guru dalam cara mengatasi perilaku membolos peserta didik disekolah.

2. Secara Praktis

a. Bagi sekolah

Penelitian ini dapat memberikan tambahan informasi tentang penggunaan yang diterapkan oleh guru bk dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik

b. Bagi peneliti

Manfaat yang di dapatkan oleh peneliti setelah dilaksanakanya penelitian ini adalah menambah pengetahuan dalam ilmu bimbingan konseling khususnya penerapan teknik *self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konseling Individual

1. Pengertian Konseling Individual

Menurut Prayitno Konseling Perorangan merupakan layanan konseling yang diselenggarakan oleh seorang konselor terhadap seorang klien dalam rangka pengentasan masalah pribadi klien.¹² Dalam suasana tatap muka dilaksanakan interaksi langsung antara klien dan konselor, membahas berbagai hal tentang masalah yang dialami klien. Pembahasan tersebut bersifat mendalam menyentuh hal-hal penting tentang diri klien (bahkan sangat penting yang boleh jadi menyangkut pribadi klien); bersifat meluas meliputi berbagai sisi yang menyangkut permasalahan klien; namun juga bersifat spesifik menuju arah pengentasan masalah.

Sejalan dengan pendapat tersebut Willis memaknai konseling individual sebagai bantuan yang diberikan oleh konselor kepada seorang siswa dengan tujuan berkembangnya potensi siswa, maupun mengatasi masalah sendiri, dan dapat menyesuaikan diri secara positif.¹³

Dari kedua pendapat tersebut maka diperoleh kesimpulan bahwa konseling individu merupakan bantuan yang diberikan oleh seorang konselor kepada seorang klien yang dilakukan dalam suasana tatap muka dengan interaksi langsung antara

¹² Prayitno, Kumpulan Layanan Konseling, UNP, Padang, h. 62

¹³ Prayitno, Kumpulan Layanan Konseling, UNP, Padang, 2004, hal. 32

klien dan konselor dengan tujuan pengentasan masalah klien, berkembangnya potensi klien, dan mampu menyesuaikan diri secara positif. berkembangnya potensi klien, dan mampu menyesuaikan diri secara positif.

2. Tujuan Konseling Individual

Krumboltz dalam Latipun menyatakan bahwa tujuan konseling dapat diklasifikasikan sebagai: mengubah perilaku yang salah penyesuaian, belajar membuat keputusan, dan mencegah timbulnya masalah¹⁴ Sedang menurut Prayitno mengemukakan bahwa ada 2 tujuan konseling individual antara lain:

a. Tujuan umum

Tujuan Umum layanan konseling individu adalah pengentasan masalah klien. dengan demikian, fungsi pengentasan sangat dominan dalam layanan ini.

b. Tujuan khusus

Tujuan khusus layanan konseling individual adalah (1) klien dapat memahami seluk beluk masalah yang dialami secara mendalam dan komprehensif, serta positif, dan dinamis. (2) dikembangkannya persepsi dan sikap serta keinginan demi terentaskannya secara spesifik masalah yang dialami klien itu. (3) pengembangan dan pemeliharaan potensi klien dan berbagai unsure positif yang ada pada dirinya merupakan latar belakang pemahaman dan pengentasan masalah klien dapat dicapai. (4) mencegah menjalarnya masalah yang sekarang sedang dialami oleh klien. serta (diharapkan) tercegah pula masalah-masalah baru yang mungkin timbul. (5) menangani sasaran yang bersifat advokasi.

¹⁴ Sofyan Willis, Op. Cit, hal. 35

3. Kondisi Hubungan Konseling

Dalam melakukan kegiatan konseling individu untuk memperoleh hasil yang maksimal maka diperlukan suatu kondisi atau keadaan yang memungkinkan klien dapat berkembang. Keadaan atau kondisi tersebut hendaknya juga harus diciptakan konselor sepanjang melakukan kegiatan konseling. Latipun (2008:50- 53) mengemukakan bahwa kondisi yang harus diciptakan dalam hubungan konseling adalah:

a. Kongruensi

Kongruensi dalam hubungan konseling dapat diartikan dengan menunjukkan diri sendiri sebagaimana adanya dan yang sesungguhnya, berpenampilan terus terang, ada kesesuaian antara apa yang dikomunikasikan secara verbal dengan yang non verbal.

b. Penghargaan positif tanpa syarat

Penghargaan positif tanpa syarat merupakan pengalaman konselor yang hangat, positif menerima klien, konselor menyukai klien sebagai pribadi dan respek kepada klien sebagai individu tanpa harus mengharapkan memperoleh pujian dari klien.

c. Memahami secara empati

Memahami secara empati merupakan kemampuan seseorang untuk memahami cara pandang dan perasaan orang lain.¹⁵

4. Proses Konseling Individual

¹⁵ Latipun, Op. Cit, hal. 50-53

Setiap tahapan proses konseling membutuhkan keterampilan-13 keterampilan khusus. Namun, keterampilan itu bukanlah yang utama jika hubungan konseling tidak mencapai rapport. Dinamika hubungan konseling ditentukan oleh penggunaan keterampilan konseling yang bervariasi. Dengan demikian proses konseling tidak dirasakan oleh peserta konseling sebagai hal yang menjemukan. Akibatnya keterlibatan mereka dalam proses konseling sejak awal hingga akhir dirasakan sangat bermakna dan berguna. Willis mengemukakan bahwa proses konseling individual dibagi atas tiga tahapan yaitu:

a. Tahapan pertama (awal) konseling

Tahapan ini disebut juga dengan istilah introduction, invitation, dan environmental. Tahap awal ini meliputi, (1) mendefinisikan masalah, (2) mempertimbangkan alternatif definisi masalah (3) komitmen konselor klien sebagai definisi yang terbaik dari sekian alternatif.

Adapun teknik-teknik yang digunakan pada tahap pertama ini adalah attending, mendengarkan, empati, refleksi, eksplorasi, bertanya, menangkap pesan utama, dan memberi dorongan minimal.

b. Tahap pertengahan konseling

Tahap ini disebut juga tahap action. Tugas tahap ini antara lain: (1) Memeriksa kembali definisi masalah, (2) mengembangkan suatu solusi-13 alternatif. Adapun teknik-teknik yang digunakan pada tahap ini adalah mengumpulkan sementara, memimpin, memfokuskan, konfrontasi, menjernihkan, memudahkan, mengarahkan, dorongan minimal, diam, mengambil inisiatif, memberi nasehat, memberi informasi, dan menafsirkan.

c. Tahap akhir konseling

Tahap ini disebut juga dengan tahap tindakan atau dikenal dengan istilah termination. Kegiatan pada tahap ini meliputi: (1) mengembangkan alternatif-alternatif untuk memecahkan masalah; (2) menguji solusi-solusi itu pada kenyataan, keinginan, harapan klien; (3) memutuskan solusi mana yang paling tepat bagi klien; (4) klien menyusun rencana atas solusi yang telah dia ambil.⁸¹ Sedang Winkel¹⁴ menyatakan bahwa proses konseling individual terbagi dalam lima tahapan yaitu: (1) pembukaan; (2) penjelasan masalah; (3) penggalian latar belakang masalah; (4) penyelesaian masalah; dan (5) penutup.⁸² Dari kedua pendapat tersebut maka diketahui bahwa proses konseling individual dapat diuraikan menjadi tiga tahapan antara lain:

1) Tahap pembukaan (awal)

Tahap ini merupakan tahap pertama dalam kegiatan konseling. Pada tahap ini konselor membangun hubungan baik dengan konseli. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini antara lain: menyambut kedatangan konseli, mengajak berbasa-basi sebentar, dan mempersilahkan konseli untuk mengemukakan masalah yang ingin dibicarakan.

2) Tahap inti kegiatan (pertengahan)

Tahap ini merupakan tahap pelaksanaan kegiatan konseling. Tahap ini terbagi dalam beberapa kegiatan antara lain: mendefinisikan masalah, penggalian latar belakang masalah, memeriksa kembali definisi masalah, mengembangkan solusi alternatif penyelesaian masalah, memutuskan solusi mana yang

paling tepat bagi klien, 15 dan meminta klien untuk menyusun rencana atas solusi yang telah dia ambil.¹⁶

3) Tahap penutup (pengakhiran)

Pada tahap ini konseli menyatakan 15 kemantapannya atas keputusan yang telah diambil. Sedang konselor pada tahap ini mengakhiri hubungan pribadi dengan konseli. Kegiatan yang dilakukan oleh konselor pada tahap ini antara lain: memberikan ringkasan jalannya pembicaraan, menegaskan kembali keputusan yang diambil klien, dan menutup kegiatan konseling.

5. Asas

Kekhasan yang paling mendasar layanan konseling perorangan adalah hubungan interpersonal yang sangat amat intens antara klien dan konselor. Hubungan ini benar-benar sangat mempribadi, sehingga boleh dikatakan antara kedua pribadi itu saling masuk-memasukil. Konselor memasuki pribadi klien dan klien memasuki pribadi konselor. Proses layanan konseling dikembangkan sejalan dengan suasana yang demikian, sambil didalamnya dibangun kemampuan khusus klien untuk keperluan kehidupannya. Asas-asas konseling memperlancar proses dan memperkuat bangunan yang ada di dalamnya.

1. Etika Dasar Konseling

Dasar etika konseling yang dikemukakan oleh Munro, Manthei, Small yang diterjemahkan oleh Prayitno, yaitu kerahasiaan, kesukarelaan, dan keputusan diambil oleh klien sendiri..¹⁷

2. Kerahasiaan

¹⁶ Sofyan Willis, *Konseling Di Institusi Pendidikan*, Media Abadi, Yogyakarta, h. 138-139

¹⁷ Prayitno, *Kumpulan Layanan Konseling*, h.43

Tidak pelak lagi, hubungan interpersonal yang amat intens sanggup membongkar berbagai isi pribadi yang paling dalam sekalipun, terutama pada sisi klien. Untuk ini asas kerahasiaan menjadi jaminannya. Segenap rahasia pribadi klien yang terbongkar menjadi tanggung jawab penuh konselor untuk kesuksesannya pelayanan.

3. Kesukarelaan dan keterbukaan

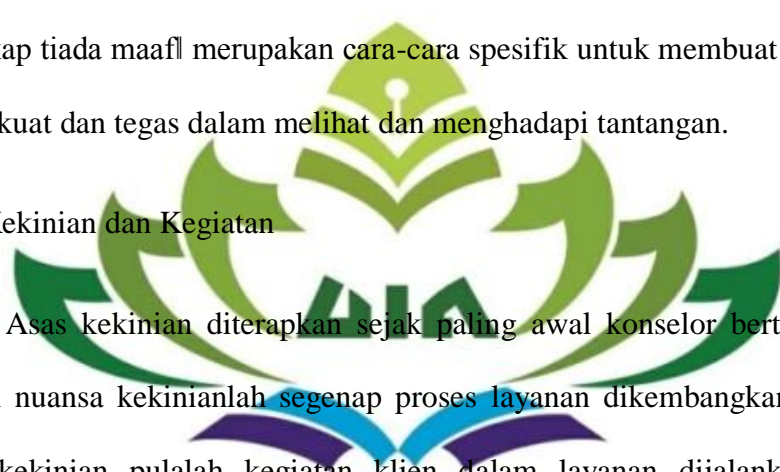
Kesukarelaan penuh klien untuk menjalani proses layanan KP bersama Konselor menjadi buah dari terjaminnya kerahasiaan pribadi klien. Dengan demikian kerahasiaan kesukarelaan menjadi unsur dwi-tunggal yang mengantarkan klien ke arena proses layanan KP. Asas Kerahasiaan kesukarelaan akan menghasilkan keterbukaan klien. Klien self-referral pada awalnya dalam kondisi sukarela untuk bertemu dengan konselor. Kesukarelaan awal ini harus dipupuk dan dikuatkan. Apabila enguatan kesukarelaan awal ini gagal dilaksanakan maka keterbukaan tidak akan terjadi dan kelangsungan proses layanan terancam kegagalan. Menghadapi klien yang non-self-referral tugas konselor menjadi lebih berat, khususnya dalam mengembangkan kesukarelaan dan keterbukaan klien. Dalam hal ini, seberat apapun pengembangan kesukarelaan dan keterbukaan itu harus dilakukan konselor, apabila proses konseling hendak dihidupkan.

4. Keputusan Diambil oleh Konseli Sendiri

Inilah asas yang secara langsung menunjang kemandirian konseli. Berkat rangsangan dan dorongan konselor agar klien berfikir, menganalisis, menilai dan menyimpulkan sendiri; mempersepsi, merasakan dan bersikap sendiri atas apa yang ada pada diri sendiri dan lingkungannya; akhirnya klien mampu mengambil keputusan sendiri berikut menanggung resiko yang mungkin ada

sebagai akibat keputusan tersebut. Dalam hal ini konselor tidak memberikan syarat apapun untuk diambilnya keputusan oleh klien; tidak mendesak-desak atau mengarahkan sesuatu; begitu juga tidak memberikan semacam persetujuan ataupun konfirmasi atas sesuatu yang dikehendaki klien, meskipun klien memintanya. Konselor dengan tugas membiarkan klien tegak dengan sendirinya menghadapi tantangan yang ada. Dalam hal ini bantuan yang tidak putus-putusnya diupayakan konselor adalah memberikan semangat (dalam arah kamu pasti bisa) dan meneguhkan hasrat, memperkaya informasi, wawasan dan persepsi, memperkuat analisis atas antagonisme ataupun kontradiksi yang terjadi. Dalam hal ini suasana yang memfrustasikan klien dan sikap tiada maaf merupakan cara-cara spesifik untuk membuat klien lebih tajam, kuat dan tegas dalam melihat dan menghadapi tantangan.

5. Asas Kekinian dan Kegiatan



Asas kekinian diterapkan sejak paling awal konselor bertemu klien, dengan nuansa kekinianlah segenap proses layanan dikembangkan, dan atas dasar kekinian pulalah kegiatan klien dalam layanan dijalankan. Tanpa keseriusan dalam aktifitas yang dimaksudkan itu dikhawatirkan perolehan klien akan sangat terbatas, atau keseluruhan proses layanan itu menjadi sia-sia

6. Asas Kenormatifan dan Keahlian

Segenap aspek dan isi layanan KP adalah normatif tidak ada satupun yang boleh terlepas dari kaidah-kaidah norma yang berlaku, baik norma agama, adat, hukum, ilmu, dan kebiasaan. Klien dan konselor terikat sepenuhnya oleh nilai-nilai dan norma yang berlaku.

B. Teknik *Self Management*

1. Pengertian *Self Management*

Self Management merupakan suatu prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri.¹⁸ Gagasan pokok dari penilaian self-management adalah bahwa perubahan bisa dihadirkan dengan mengajar orang dalam menggunakan keterampilan menangani situasi bermasalah. Dalam program *Self Management* ini individu mengambil keputusan tentang hal-hal yang berhubungan dengan perilaku khusus yang ingin dikendalikan atau diubah. Corey menyatakan bahwa seringkali individu menemukan bahwa alasan utama dari ketidak berhasilannya mencapai sasaran adalah tidak dimilikinya keterampilan.¹⁹ Dalam kawasan seperti itu pendekatan pengarahan diri sendiri bisa memberikan garis besar bagaimana bisa didapat perubahan dan sebuah rencana yang akan membawa perubahan.

Dalam menggunakan strategi *Self Management* untuk mengubah perilaku, maka klien berusaha mengarahkan perubahan perilakunya dengan cara memodifikasi aspek-aspek lingkungan atau mengadministrasikan konsekuensi-konsekuensi. Dengan demikian melalui strategi ini disamping klien dapat mencapai perubahan perilaku sasaran yang diinginkan juga dapat mengembangkan kemampuan dalam mengelola dirinya.

Salah satu teknik yang dipilih peneliti dalam konseling kelompok adalah teknik *self-management*. Peneliti memilih teknik *Self Management* dalam meningkatkan tanggung jawab belajar peserta didik dengan alasan karena teknik ini bertujuan untuk membantu konseling dalam mengatur, memantau, dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik yaitu peserta didik dapat bertanggung jawab dalam belajarnya. Self-management efektif untuk mengembangkan kemandirian peserta didik di luar pengawasan guru dan orang tua. Berikut adalah penjelasan teori tentang teknik *Self Management*.

¹⁸Komalasari,G dkk.2011.Teori dan Teknik konseling.Jakarta:PT indeks.h.180

¹⁹Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi vol 4. Translated by: Drs. Mulyarto. Semarang: IKIP Semarang Pers.h.431

Menurut Gunarsa mengemukakan bahwa pengelolaan diri (*Self Management*) adalah prosedur dimana klien menggunakan keterampilan dan teknik mengurus diri untuk menghadapi masalahnya, yang dalam terapi tidak langsung diperoleh.²⁰

Keterampilan tersebut diperoleh pada saat proses konseling karena perubahan dalam perilaku itu harus diusahakan melalui suatu proses belajar atau belajar kembali. Sedangkan Cormier & Cormier dalam Sutijono & Soedarmadji menyatakan bahwa keaktifan ini ditunjukkan untuk mengatur atau memanipulasi lingkungan sesuai dengan perilaku apa yang dibentuk.²¹ Jadi dalam proses konseling walaupun konselor yang mendorong dan melatih prosedur ini, tetapi konseling yang tetap mengontrol pelaksanaannya. Sehingga dari sini konseli mendapat suatu keterampilan untuk mengurus diri.

Pengelolaan diri (*Self Management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri. Pada teknik ini individu terlibat pada beberapa atau keseluruhan komponen dasar yaitu: menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.²² Dari teori tersebut, konselor perlu membantu konseli dalam merancang program, konselor harus bisa membantu konseling agar bisa mempersepsi bahwa dirinya yang telah memilih tujuan dan konseling harus bisa percaya diri untuk menyelesaikan tugas-tugas untuk tercapainya tujuan konseling yang diharapkan. Yang membantu peserta didik dapat mendorong diri sendiri untuk maju, untuk dapat mengatur, memantau dan mengevaluasi dirinya sendiri dalam mencapai perubahan kebiasaan tingkah laku yang lebih baik dalam kehidupan pribadi melalui tahap menentukan perilaku sasaran, memonitor perilaku tersebut, memilih prosedur tersebut, dan mengevaluasi efektivitas prosedur tersebut.

²⁰ Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi*, Gunung Mulia, Jakarta, 2004 h. 223

²¹ Hartono dan Soedarmadji, *Op.Cit.*, h. 125

²² Komalasari et al, *Op.Cit.*, h. 180

2. Teknik Konseling *Self Management*

Konseling merupakan proses komunikasi bantuan yang amat penting, diperlukan model yang dapat menunjukkan kapan dan bagaimana konselor melakukan intervensi kepada konseli. Dengan kata lain, konseling memerlukan ketrampilan (skill) pada pelaksanaannya. Menurut Gunarsa menyatakan bahwa *Self Management* meliputi pemantauan diri (*self-monitoring*), reinforcement yang positif (*self-reward*), kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*self-contracting*) dan penguasaan terhadap rangsangan (*stimulus control*).²³

- a. Pemantauan Diri (*self Monitoring*) Merupakan suatu proses konseli mengamati dan mencatat segala sesuatu tentang dirinya sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. dalam pemantauan diri ini biasanya konseli mengamati dan mencatat perilaku masalah, mengendalikan penyebab terjadinya masalah (*antecedent*) dan menghasilkan konsekuensi.
- b. Reinforcemen yang positif (*self Reward*) Digunakan untuk membantu konseli mengatur dan memperkuat perilakunya melalui konsekuensi yang dihasilkan sendiri. Ganjaran-diri ini digunakan untuk menguatkan atau meningkatkan perilaku yang diinginkan. Asumsi dasar tehnik ini adalah bahwa dalam pelaksanaannya, ganjaran diri paralel dengan ganjaran yang di administrasikan dari luar. Dengan kata lain, ganjaran yang dihadirkan sendiri sama dengan ganjaran yang diadministrasikan dari luar, didefinisikan oleh fungsi yang mendesak perilaku sasaran.
- c. Kontrak atau perjanjian dengan diri sendiri (*Self Contracting*) Ada beberapa langkah dalam *Self Contracting* ini yaitu:
 - 1) Konseling membuat perencanaan untuk mengubah pikiran, perilaku, dan perasaan yang diinginkannya.

²³ Gunarsa, Singgih. 1989. Psikologi Remaja. Jakarta: BPK Gunung Mulia.h.225

- 2) Konseling menyakini semua yang ingin diubahnya.
 - 3) Konseling bekerja sama dengan teman/keluarga untuk program *Self Management*-nya.
 - 4) Konseling akan menanggung resiko dengan program *Self Management* yang dilakukannya.
 - 5) Pada dasarnya, semua yang konseling harapkan mengenai perubahan pikiran, perilaku dan perasaan adalah untuk konseling itu sendiri.
 - 6) Konseling menuliskan peraturan untuk dirinya sendiri selama menjalani proses *self-management*
- d. Penguasaan terhadap rangsangan (*self control*)
- Teknik ini menekan pada penataan kembali atau modifikasi lingkungan sebagai isyarat khusus atau antecedent atas respon tertentu.

3. Tujuan Teknik *Self Management*

Tujuan dari teknik pengelolaan diri yaitu agar peserta didik secara teliti dapat menempatkan diri dalam situasi-situasi yang menghambat tingkah laku yang mereka hendak hilangkan dan belajar untuk mencegah timbulnya perilaku atau masalah yang tidak dikehendaki. Dalam arti peserta didik dapat mengelola pikiran, perasaan dan perbuatan mereka sehingga mendorong pada pengindraan terhadap hal-hal yang tidak baik peningkatan hal-hal yang baik dan benar.

Menurut Sukadji, masalah-masalah tersebut yang dapat ditangani dengan menggunakan teknik pengelolaan diri (*Self Management*) antara lain yaitu:

- 1) Perilaku yang tidak berkaitan dengan orang lain tetapi mengganggu orang lain dan diri sendiri.

- 2) Perilaku yang sering muncul tanpa diprediksi waktu kemunculannya, sehingga kontrol dari orang lain menjadi kurang efektif. Seperti menghentikan merokok dan diet.
- 3) Perilaku sasaran berbentuk verbal dan berkaitan dengan evaluasi diri dan kontrol diri. Misalnya terlalu mengkritik diri sendiri.
- 4) Tanggung jawab atas perubahan atau pemeliharaan tingkah laku adalah tanggung jawab konseli. Contohnya adalah konseli sedang menulis skripsi.²⁴

Dalam proses konseling, konselor dan konseling bersama-sama untuk menentukan tujuan yang ingin dicapai. Konselor mengarahkan konselinya dalam menentukan tujuan, sebaliknya konseling pun juga harus aktif dalam proses konseling. Setelah proses konseling *Self Management* berakhir diharapkan peserta didik dapat mempola perilaku, pikiran, dan perasaan yang diinginkan, dapat menciptakan keterampilan belajar yang baru sesuai harapan, dapat mempertahankan keterampilan sampai di luar sesi konseling, serta perubahan yang mantap dan menetap dengan arah prosedur yang tepat.

4. Manfaat Teknik *Self Management*

Dalam penerapan teknik pengelolaan diri (*Self Management*) tanggung jawab keberhasilan konseling berada di tangan peserta didik. Guru BK berperan sebagai pencetus gagasan, fasilitator yang membantu merancang program serta motivator bagi peserta didik. Dalam pelaksanaan self management biasanya diikuti dengan pengaturan lingkungan dimaksudkan untuk menghilangkan faktor penyebab dan dukungan untuk perilaku yang akan dikurangi. Pengaturan lingkungan dapat berupa :

²⁴ Komalasari, Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks h. 181

- 1) Mengubah lingkungan fisik sehingga perilaku yang tidak dikehendaki sulit dan tidak mungkin dilaksanakan. misalnya orang yang suka “ngemil” mengatur lingkungan agar tersedia makanan yang memancing keinginan untuk “ngemil”;
- 2) Mengubah lingkungan sosial sehingga lingkungan sosial ikut mengontrol tingkah laku peserta didik;
- 3) Mengubah lingkungan atau kebiasaan sehingga menjadi perilaku yang tidak dikehendaki hanya dapat dilakukan pada waktu dan tempat tertentu saja.²⁵

5. Faktor-faktor keefektifan dalam pelaksanaan teknik *Self Management*

Setiap konseling pasti mempunyai harapan-harapan agar tujuannya tercapai dalam konseling, begitu juga konselor juga berusaha untuk membantu konseli dalam mencapai tujuan konseling. Agar pelaksanaan strategi *Self Management* dapat dilaksanakan secara efektif, maka ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan, yaitu:

- 1) Adanya kombinasi beberapa strategi konseling di mana beberapa diantaranya berfokus pada antecedent dan yang lainnya pada konsekuensi dari perilaku tertentu;
- 2) Konsistensi penggunaan salah satu strategi dalam kurun waktu tertentu;
- 3) Bukti evaluasi diri sendiri, penentuan sasaran dengan standar tinggi;
- 4) Gunakan *Self Management* secara tertutup, verbal atau dengan bentuk materi-materi tertentu; dan
- 5) Adanya dukungan eksternal/lingkungan.²⁶

6. Tahap-tahap Pengelolaan Diri (*Self Management*)

Menurut Komalasari, menyebutkan bahwa pengelolaan diri biasanya dilakukan dengan mengikuti langkah-langkah:

- a. Tahap Monitor Diri atau Observasi Diri

²⁵ Komalasari, Op. Cit, h. 181

²⁶ Komalasari, *Teori dan Teknik Konseling*. Jakarta: PT Indeks h. 126

Pada tahap ini peserta didik dengan sengaja mengamati tingkah lakunya sendiri serta mencatatnya dengan teliti. Catatan ini dapat menggunakan daftar cek atau catatan observasi kualitatif. Hal-hal yang perlu diperhatikan oleh peserta didik dalam mencatat tingkah laku adalah frekuensi, intensitas, dan durasi tingkah laku. Dalam penelitian ini peserta didik mengobservasi apakah dirinya sudah bertanggung jawab terhadap belajar atau belum. Peserta didik mencatat berapa kali dia belajar dalam sehari, seberapa lama dia melakukan Aktivitas dalam belajarnya.

b. Tahap Evaluasi Diri

Pada tahap ini peserta didik membandingkan hasil catatan tingkah laku dengan target tingkah laku yang telah dibuat oleh peserta didik perbandingan ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dan efesiensi program. Bila program tersebut tidak berhasil, maka perlu ditinjau kembali program tersebut, apakah target tingkah laku yang ditetapkan memiliki ekspektasi yang terlalu tinggi, perilaku yang ditargetkan tidak cocok, atau penguatan yang diberikan tidak sesuai.

c. Tahap Pemberian Penguatan, Penghapusan, dan Hukuman

Pada tahap ini peserta didik mengatur dirinya sendiri, memberikan penguatan, menghapus, dan memberi hukuman pada diri sendiri. Tahap ini merupakan tahap yang paling sulit karena membutuhkan kemauan yang kuat dari peserta didik untuk melaksanakan program yang telah dibuat secara kontinyu.²⁷

²⁷ Ibid, h. 182

Sedangkan menurut Cormier dalam Mochamad Nursalim, terdapat tiga strategi self-management, yaitu: (1) *self Monitoring*; (2) *stimulus Control*; (3) *self Reward*. Strategi tersebut asing-asing akan dijelaskan dibawah ini yaitu:

1) *Self Monitoring*

Menurut cormier dalam Mochamad Nursalim monitor diri (*self Monitoring*) adalah proses yang mana peserta didik mengobservasi dan mencatat sesuatu tentang dirinya sendiri dan interaksinya dengan situasi lingkungan. Monitor diri di gunakan smenetara untuk menilai masalah, sebab data pengamatan dapat menjelaskan kebenaran atau perubahan laporan verbal peserta didik tentang tingkah laku bermasalah.²⁸ Berikut penjelasan tahap-tahap *self Monitoring*:

Tabel 2
Langkah-Langkah Self-Monitoring

| No. | Langkah-Langkah | Keterangan |
|-----|-----------------------------------|---|
| 1. | Rasional | Berisi tujuan dan overview (gambaran singkat) prosedur strategi |
| 2. | Penentuan respon yang diobservasi | Memilih terget respons yang akan dimonitor: a. Jenis respons b. Kekuatan/valensi respons c. Jumlah respons |
| 3. | Mencatat respon | a) Saat mencatat/timing mencatat 1. Mencatat sebelum kemunculan perilaku digunakan untuk mengurangi respons. Mencatat sesudah kemunculan |

²⁸ Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: Akademia Permata, 2013), h. 153

| | | |
|----|----------------------------|--|
| | | <p>perilaku digunakan untuk menambah respons</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Mencatat dengan segera 3. Mencatat ketika tidak ada respons-respons lain yang mengganggu pencatat/perencana <p>b) Metode mencatat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Menghitung frekuensi 2. Mengukur lamanya <p>a) Mencatat Terus menerus/kontinyu</p> <p>b) Waktunya acak/sembarangan/ampling</p> <p>c) Alat mencatat</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Portable seperti tusuk gigi dan kerikil 2. Accssible seperti tanda-tanda dan bintang |
| 4. | Membuat peta suatu respons | Membuat peta atau grafik dari jumlah perolehan keseharian yang tercatat |
| 5. | Memperlihatkan Data | Memberikan kepada orang-orang untuk mendapatkan dukungan lingkungan. |
| 6 | Analisis data | Ketepatan interprestasi data pemahaman tentang hasil evaluasi diri dan dorongan diri |


Sumber: Mochamad Nursalim, *Strategi dan Intervensi Konseling* halaman 154-155

2) *Stimulus-control*

Stimulus-control adalah penyusunan/perencanaan kondisi-kondisi lingkungan yang telah ditentukan sebelumnya, yang membuat terlaksananya/dilakukannya tingkah laku tertentu. Kondisi lingkungan berfungsi sebagai tanda/ anteseden dari suatu respon tertentu. Dengan kata lain anteseden merupakan suatu stimulus untuk suatu respon tertentu.

3) *Self Reward*

Self reward digunakan untuk memperkuat atau untuk meningkatkan respon yang diharapkan atau yang menjadi tujuan. *Self Reward* berfungsi untuk mempercepat target tingkah laku. Menurut Soekadji dalam Mochamad Nursali berpendapat bahwa agar penerapan self reward yang efektif, perlu dipertimbangkan syarat-syarat seperti:

- 
- a) Menyajikan pengukuh seketika;
 - b) Memilih pengukuh yang tepat;
 - c) Memilih kualitas pengukuh;
 - d) Mengatur kondisi situasional;
 - e) Menentukan kuantitas pengukuh; dan
 - f) Mengatur jadwal pengukuh.²⁹

7. Kelebihan dan Kelemahan teknik *Self Management*

a. Kelebihan teknik *Self Management*

1. Pelaksanaannya yang cukup sederhana
2. Penerapannya dikombinasikan dengan beberapa pelatihan yang lain
3. Pelatihan ini dapat mengubah perilaku individu secara langsung melalui perasaan dan sikapnya

²⁹ Komalasari, Teori dan Teknik Konseling. Jakarta: PT Indeks, h. 157

4. Disamping itu dapat dilaksanakan secara perorangan juga dilaksanakan dalam kelompok

b. Kekurangan teknik *Self Management*

1. Tidak ada motivasi dan komitmen yang tinggi pada individu
2. Target perilaku seringkali bersifat pribadi dan persepsinya subyektif terkadang sulit diseskripsikan, sehingga konselor sulit untuk menentukan cara memonitor dan mengevaluasi
3. Lingkungan sekitar dan keadaan diri individu dimasa mendatang sering tidak dapat diatur dan diprediksikan dan bersifat kompleks
4. Individu bersifat independen
5. Konselor memaksakan program pada konseli
6. Tidak ada dukungan dari lingkungan.³⁰

C. Perilaku Membolos

1. Pengertian Membolos

Azwar menyebutkan bahwa perilaku adalah reaksi terhadap stimulus yang bersifat sederhana maupun kompleks. Berdasarkan pengertian tersebut dapat disimpulkan bahwa perilaku merupakan reaksi seorang individu terhadap adanya stimulus guna mencapai suatu tujuan.³¹

Gunarsa menyebutkan bahwa perilaku membolos adalah pergi meninggalkan sekolah tanpa sepengetahuan pihak sekolah.³² Pengertian lain menyebutkan bahwa perilaku membolos dapat diartikan sebagai anak yang tidak masuk sekolah dan anak yang meninggalkan sekolah belum usai tanpa izin.³³

³⁰ Gunarsa, Singgih D, *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta:Libri,2011),h.180

³¹ Azwar, Syaifudin. 2003. *Sikap Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.h.9

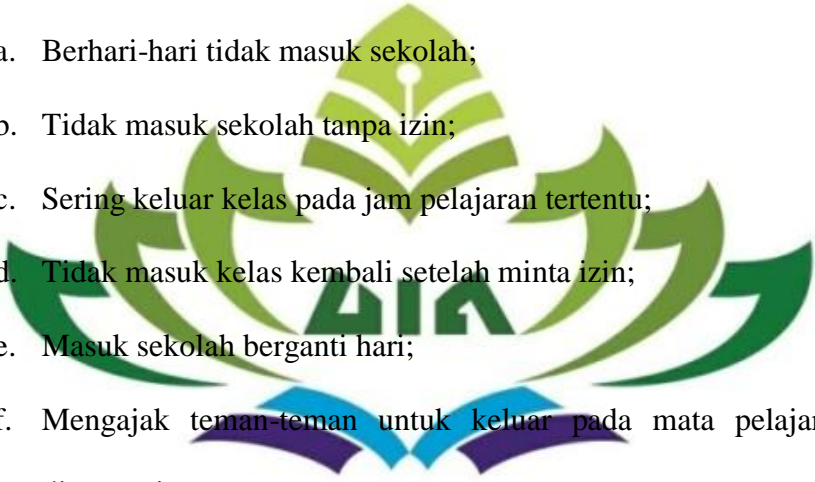
³² Gunarsa, Singgih. 1981. *Psikologi Remaja*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.h.31

³³ Supriyo. 2008. *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak.h.111

Dari beberapa pengertian tersebut diatas maka diperoleh kesimpulan bahwa perilaku membolos merupakan sebuah perilaku tidak masuk sekolah ataupun meninggalkan sekolah yang dilakukan tanpa sepengetahuan pihak sekolah dan tanpa izin yang jelas, dan dilakukan untuk mencapai suatu tujuan tertentu.

2. Gejala Peserta Didik Yang Membolos

Menurut Prayitno dan Erman Amti ada beberapa gejala peserta didik membolos antara lain yaitu :

- 
- a. Berhari-hari tidak masuk sekolah;
 - b. Tidak masuk sekolah tanpa izin;
 - c. Sering keluar kelas pada jam pelajaran tertentu;
 - d. Tidak masuk kelas kembali setelah minta izin;
 - e. Masuk sekolah berganti hari;
 - f. Mengajak teman-teman untuk keluar pada mata pelajaran yang tidak disenangi;
 - g. Minta izin keluar dengan berpura-pura sakit atau alasan lainnya;
 - h. Mengirimkan surat izin tidak masuk dengan alasan yang dibuat-buat;
 - i. Tidak masuk kelas lagi setelah jam istirahat.³⁴

Berbagai gejala tersebut merupakan gejala yang secara umum ditunjukkan oleh sebagian besar siswa yang memiliki kebiasaan membolos sekolah. Akan tetapi dalam hal ini antara siswa yang satu dengan yang lain menunjukkan gejala yang berbeda atau tidak sama dalam perilaku membolosnya.

3. Pembentukan Perilaku Membolos

Berkaitan dengan perilaku membolos, “Perilaku manusia sebagian besar berupa perilaku yang dibentuk dan yang dipelajari, meliputi: (a) cara pembentukan perilaku dengan

³⁴ Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta. Rineka cipta.h.61

kebiasaan (conditi-oning), (b) cara pembentukan perilaku dengan pengertian (insight), dan (c) Cara pembentukan perilaku dengan menggunakan model”.³⁵

4. Teori Perilaku

Perilaku manusia pada dasarnya tidak lepas dari keadaan individu itu sendiri dan lingkungan dimana individu itu berada. Perilaku manusia itu di dorong oleh motif tertentu sehingga manusia itu berperilaku dalam hal ini ada beberapa teori perilaku antara lain : (a) teori insting, (b) teori dorongan/drive theory, (c) teori insentif (Insentive theory), dan (d) teori atribusi.³⁶

5. Faktor-faktor Penyebab Peserta Didik Membolos

Perilaku membolos pada dasarnya dipengaruhi oleh banyak faktor. Menurut Prayitno ada beberapa faktor yang mempengaruhi peserta didik untuk membolos antara lain yaitu : (a) tidak senang dengan sikap dan perilaku guru; (b) merasa kurang mendapatkan perhatian dari guru; (c) merasa dibeda-bedakan oleh guru; (d) merasa dipojokkan oleh guru; (e) proses belajar mengajar membosankan; (f) merasa gagal dalam belajar; (g) kurang berminat terhadap pelajaran; (h) terpengaruh oleh teman yang suka membolos; (i) takut masuk karena tidak membuat tugas; (j) tidak membayar kewajiban (SPP) tepat pada waktunya.³⁷

Perilaku membolos yang dilakukan oleh peserta didik pada dasarnya tidak hanya dilatar belakangi karena faktor sekolah saja tetapi ada faktor lain yang juga menjadi penyebab perilaku membolos. Menurut Supriyo ada kemungkinan-kemungkinan penyebab dan latar belakang timbulnya kasus ini, antara lain: (a) orang tua kurang memperhatikan anak-anaknya; (b) orang tua terlalu memanjakan anaknya; (c) orang tua terlalu buas terhadap anaknya; (d)

³⁵ Mahmudah, *Mengurangi Perilaku Membolos Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavioral*, tersedia: <http://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwiBmYTKksnQAhXMso8KHY1SAKgQFggkMAE&url=http%3A%2F%2Fjournal.ikipveteran.ac.id%2Findex.php%2Fkes%2Farticle%2Fdownload%2F133%2F148&usg=AFQjCNEmhnHXO1SzQCRhAKK2ZPRloayfEA> [diakses pada 07 desember 2018 pada pukul berapa 16-27 WIB]

³⁶ Mahmudah, Loc. Cit

³⁷ Prayitno dan Erman Amti. 2004. *Dasar dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta. Rienka cipta.h.61

pengaruh teman; (e) pengaruh mass media (film, wanita.); (f) anak yang belum sadar tentang kegunaan sekolah; (g) anak yang belum ada tanggung jawab terhadap studinya.³⁸

Dari kedua pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya ada tiga faktor utama yang menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Faktor tersebut adalah faktor pribadi, faktor keluarga dan faktor sekolah.

6. Dampak Negatif Perilaku Membolos

Perilaku membolos apabila tidak segera di atasi maka dapat menimbulkan banyak dampak negatif. Supriyo menyatakan bahwa apabila orang tua tidak mengetahui dapat berakibat anak berkelompok dengan teman yang senasib dan membutuhkan kelompok/ group yang menjurus ke hal-hal yang negatif (gang), peminum, ganja, obat-obat keras, dan lain-lain. Dan akibat yang paling fatal adalah anak akan mengalami gangguan dalam perkembangannya dalam usaha untuk menemukan identitas dirinya (manusia yang bertanggung jawab).³⁹

Sementara menurut Prayitno perilaku membolos dapat menimbulkan beberapa dampak negatif antara lain yaitu: (a) minat terhadap pelajaran akan semakin berkurang; (b) gagal dalam ujian; (c) hasil belajar yang diperoleh tidak sesuai dengan potensi yang dimiliki; (d) tidak naik kelas; (e) penguasaan terhadap materi pelajaran tertinggal dari teman-teman lainnya; (f) dikeluarkan dari sekolah.⁴⁰

Dari kedua pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa membolos merupakan perilaku yang tidak hanya membawa dampak pada kegagalan dalam belajar seperti gagal dalam ujian dan tidak naik sekolah, tetapi juga dapat membawa dampak yang lebih luas seperti terlibat dengan hal-hal yang cenderung merugikan lainnya, mulai dari pencandu

³⁸Supriyo. 2008. *Studi Kasus Bimbingan Konseling*. Semarang: CV. Nieuw Setapak.h.112

³⁹Supriyo. Loc. Cit

⁴⁰Prayitno. 2004. *Layanan Konseling Perorangan*. Padang : Universitas Negeri Padang Press.h.62

narkotika, pengagum *freesex* dan mengidolakan tindak kekerasan atau dengan istilah lain adalah tawuran.

D. Konseling Individual

Pengembangan proses layanan konseling perorangan oleh konselor dilandasi oleh dan sangat dipengaruhi oleh suasana penerimaan posisi duduk, dan hasil penstrukturan. Lebih lanjut, konselor menggunakan berbagai teknik untuk mengembangkan proses konseling perorangan yang efektif dalam mencapai tujuan layanan. Teknik-teknik tersebut meliputi; (1) Kontak mata; (2) Kontak psikologis; (3) ajakan untuk berbicara; (4) Tiga M (mendengar dengan cermat, memahami secara tepat, merespon secara tepat dan positif); (5) keruntutan; (6) pertanyaan terbuka; (7) Dorongan Minimal; (8) Refleksi (isi dan perasaan); (9) penyimpulan; (10) penafsiran

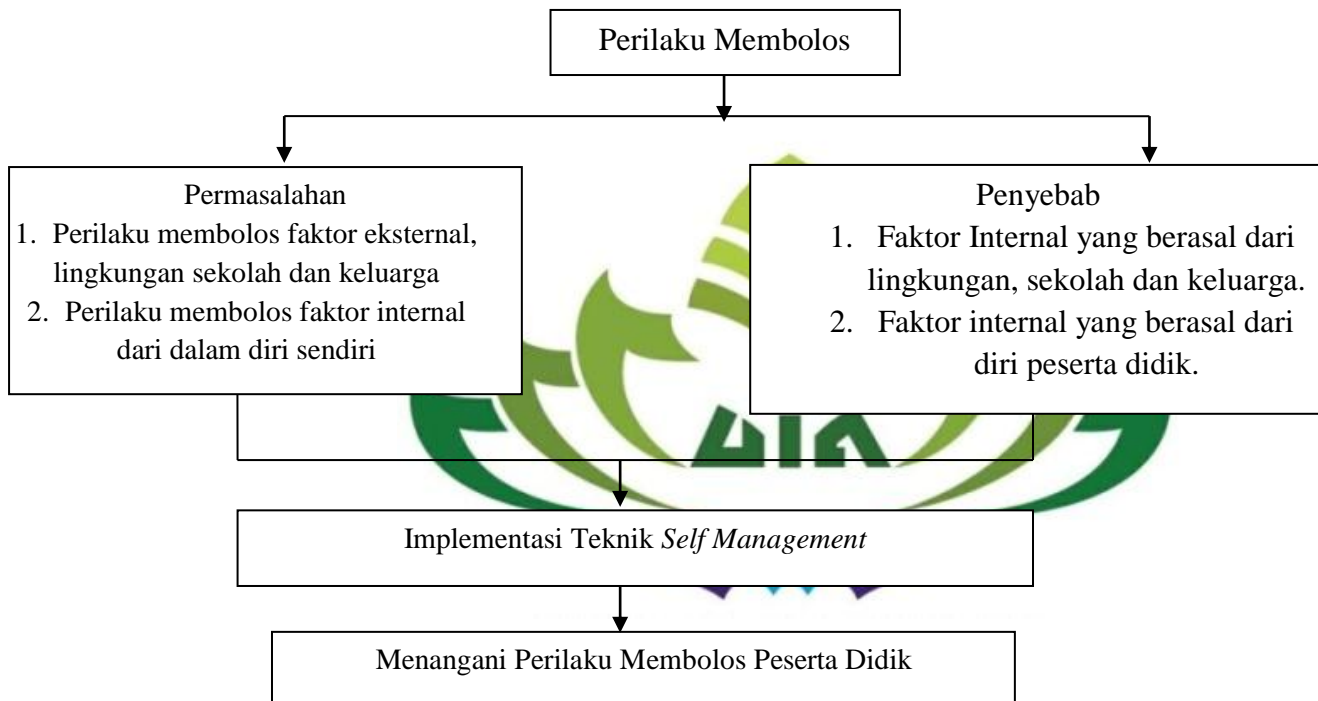
E. Kerangka Pikir

Kerangka berfikir merupakan sintesis tentang hubungan antara dua variabel yang disusun dari berbagai teori yang telah di deskriptif kan.⁴¹ Kerangka berfikir dalam penelitian ini merupakan implementasi teknik *Self Management* dalam menurunkan pada perilaku membolos, konselor harus bisa memahami tentang tekniknya dengan caranya sendiri tentang pengetahuan yang telah diterimanya implementasi *Self Management* adalah sebagai vasilitator penyelenggaraan konseling. *Self management* merupakan suatu prosedur dimana peserta didik mengatur perilakunya sendiri.⁴² Pengertian lain menyebutkan bahwa perilaku membolos dapat diartikan sebagai anak yang tidak masuk sekolah dan anak yang meninggalkan sekolah tanpa izin. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam menggunakan implementasi *self management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik berusaha mengarahkan perilakunya dengan mengatur perilaku nya sendiri. Dengan demikian melalui strategi ini disamping peserta didik tujuan penelitian adalah untuk

⁴¹ Sugiono, "metode penelitian pendidikan" Alfabeta.Bandung:2012.h.60.

⁴² Gantina Komalasari, *ibid*,h. 180

mengetahui bagaimana peran guru BK dalam menerapkan implementasi teknik Self management dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar lampung. Dapat mencapai perubahan yang diinginkan juga dapat mengembangkan kemampuan dalam mengelola dirinya. Berikut ini kerangka berfikir dalam penelitian ini :



Gambar 1

Kerangka pikir penelitian implementasi konseling individual dengan teknik *self Management* dalam menangani perilaku membolos

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Secara umum metode penelitian diartikan sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.⁴³ Tujuan utama dari metode penelitian adalah agar dalam melaksanakan kegiatan penelitian dapat berjalan dengan lancar, terarah dan sistematis. Dalam penelitian ini menggunakan jenis penelitian lapangan (*field research*) yaitu suatu penelitian yang dilakukan secara intensif, terperinci, dan mendalam dengan cara kualitatif. Metode kualitatif yang berupa pengamatan, wawancara, atau penelaah dokumen.⁴⁴

Adapun pendekatan penelitian ini menggunakan *Deskriptif Kualitatif* yang dimaksud dengan deskriptif yaitu suatu penelitian untuk menggambarkan suatu variabel yang berkenaan dengan masalah yang diteliti tanpa mempersoalkan hubungan antar variabel. Penelitian kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati.⁴⁵

⁴³ Sugiyono, *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung 2016. h.2

⁴⁴ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung, 2012, h. 3

⁴⁵ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Pendekatan dan Praktik*, Bina aksara Jakarta 2007, h. 115

B. Subjek dan Objek Penelitian

Penelitian subjek dan objek adalah usaha penentuan sumber data, artinya dari mana data penelitian dapat diperoleh.⁴⁶ Yaitu apa yang menjadi dalam penelitian ini menjadi subjek adalah :

1. Guru BK di SMA Budaya Bandar Lampung.
2. Peserta didik kelas XI IPS di SMA Budaya Bandar Lampung.

Sedangkan objek dari penelitian ini adalah implementasi teknik *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung

C. Metode Pengumpulan Data

Suatu proses menggandakan data primer untuk keperluan penelitian pengumpulan data merupakan langkah yang amat penting dalam metode ilmiah. Karena pada umumnya data yang akan digunakan untuk menguji Interview adalah suatu bentuk komunikasi verbal semacam percakapan yang bertujuan untuk memperoleh informasi. Pada bab ini hanya akan dikemukakan pengumpulan data berdasarkan tekniknya, yaitu melalui wawancara, Observasi, dan dokumentasi

1. Metode Interview

Wawancara ialah suatu metode untuk mendapatkan data dengan mengadakan *face to face relation* (hubungan secara langsung dengan informan).⁴⁷ Sedangkan Interview menurut Mardalis adalah teknik pengumpulan data yang digunakan peneliti untuk mendapatkan keterangan-keterangan lisan melalui bercakap-cakap dan berhadapan muka dengan orang yang dapat memberikan keterangan kepada si peneliti.⁴⁸

Untuk memperoleh data yang valid dan kredibel penulis menggunakan interview bebas terpimpin yaitu interview membawa kerangka-kerangka pertanyaan untuk disajikan, tetapi

⁴⁶ Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Rineka Cipta, Jakarta 2002, H. 114

⁴⁷ Anas Salahudin, *Bimbingan & Konseling*, CV Pustaka Setia, Bandung, 2010, hlm. 79.

⁴⁸ Mardalis, *Metode Penelitian Sebagai Pendekatan Proposal*, Bumi Aksara, Jakarta, 2004, hlm. 64.

bagaimana cara-cara itu disajikan sama sekali diserahkan kepada kebijaksanaan interview.⁴⁹

Wawancara yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan data awal yaitu dengan mewawancarai guru BK dengan tujuan untuk mendapatkan informasi secara mendalam dari Guru BK tentang kondisi dan bagaimana penggunaan *Self Management* oleh guru BK dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung.

2. Metode Observasi

Metode observasi adalah suatu cara untuk mengumpulkan data yang diinginkan dengan mengadakan pengamatan secara langsung.⁵⁰ Menurut Gall dkk. memandang observasi sebagai salah satu *metode* pengumpulan data dengan cara mengamati perilaku dan lingkungan (sosial dan atau material) individu yang sedang diamati.⁵¹

Berdasarkan keterangan di atas maka dapat disimpulkan bahwa yang dimaksud dengan metode observasi disini adalah suatu cara yang digunakan dalam mengumpulkan data-data melalui suatu pengamatan dan juga pencatatan yang dilakukan secara sistematis dan terencana.

Dilihat dari keterlibatan subjek terhadap objek yang sedang di observasi (observee), observasi bisa dibedakan menjadi tiga bentuk yaitu: "Observasi *partisipan*, yaitu bila pihak yang melakukan observasi (observer) turut serta atau berpartisipasi dalam kegiatan yang sedang dilakukan oleh subjek yang sedang diobservasi (observee). Observasi *non-partisipan*, yaitu bila observer tidak terlibat secara langsung atau tidak berpartisipasi dalam aktivitas yang sedang dilakukan oleh observee. Observasi *kuasi-partisipan*, yaitu bila observer terlibat pada sebagian kegiatan yang sedang dilakukan oleh *observee*, sementara pada sebagian kegiatan yang lain observer tidak melibatkan diri.⁵² Dalam penelitian ini penulis

⁴⁹ Sutrisno Hadi, *Metodologi Research*, Andi Offset, Yogyakarta, 2000, h. 233.

⁵⁰ Anas Salahudin, *Op. Cit.*, h. 72.

⁵¹ Anwar Sutoyo, *Pemahaman Individu*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta, 2012, h. 85-86.

⁵² *Ibid.*, h. 86-87.

menggunakan observasi non partisipan karena peneliti tidak mengambil bagian secara penuh dari aktifitas objek yang diteliti.

Observasi yang dilakukan peneliti untuk mendapatkan informasi dengan mengamati Guru BK dengan tujuan untuk mengetahui tentang bagaimana *Self Management* oleh guru BK dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung.

3. Metode Dokumentasi

Dokumentasi merupakan sejumlah besar fakta dan data yang tersimpan dalam bahan yang berbentuk dokumen baik berupa surat, buku atau catatan harian, memorial, cendera mata, laporan, artefak, maupun foto.⁵³ Menurut Suharsimi Arikunto dokumentasi yaitu “mencari data mengenai hal-hal atau variabel yang berupa catatan, transkrip, buku, surat kabar, majalah, prasasti, notulen rapat, lengger, agenda, dan sebagainya”.⁵⁴ Berdasarkan keterangan tersebut maka dapat dipahami bahwa metode dokumentasi adalah suatu cara dalam mengumpulkan data-data yang diperlukan dengan melalui catatan tertulis.

Metode dokumentasi ini penulis gunakan untuk memperoleh data peserta didik yang belum terhimpun melalui alat pengumpul data sebelumnya antara lain tentang sejarah berdirinya sekolah, daftar sanksi point, daftar pelanggaran peserta didik serta dokumen-dokumen lainnya yang berkaitan dengan penelitian.

D. Uji Keabsahan Data

Sebelum data yang telah diperoleh, terlebih dahulu dilakukan pengecekan data untuk memastikan apakah data yang telah diperoleh sudah benar-benar dapat dipercaya atau belum. Hal ini juga bertujuan untuk menjawab rumusan masalah penelitiannya.

Menurut Mils & Huberman yang dikutip oleh Tohirin Keabsahan atau kebenaran data dalam penelitian kualitatif diartikan sebagai “sejauh mana suatu situasi subjek penelitian

⁵³ Juliansyah Noor, *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*, Kencana Prenada Media Group, Jakarta, 2011, h. 141.

⁵⁴ Suharsimi Arikunto, *Op. Cit.*, h. 274.

ditentukan untuk mewakili fenomena yang diteliti”.⁵⁵ Kebenaran data tampak apabila terdapat data yang tepat dan konsisten. Dalam pengujian keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik sebagai berikut:

1. Triangulasi

Triangulasi yaitu merupakan teknik pemeriksaan kebenaran data sebagai pembanding terhadap data yang telah diperoleh. Triangulasi berarti membandingkan dan meninjau kembali derajat kepercayaan suatu informasi yang telah diperoleh melalui alat yang berbeda. Tujuan dari triangulasi ialah meninjau kebenaran data tertentu dengan data yang diperoleh daripada sumber lain pada masa yang berbeda dan sering dengan teknik yang berbeda pula.⁵⁶

Triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber. Triangulasi sumber yaitu membandingkan dan mengecek ulang informasi yang telah diperoleh melalui sumber yang berbeda. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari kepala madrasah dan guru. Hal ini dilakukan dengan cara peneliti mencari informasi lain tentang suatu topik yang digalinya melalui lebih dari satu sumber.

2. Kecukupan Referensial

Teknik ini merupakan teknik pengujian keabsahan data dengan cara melengkapi pengumpulan data dengan perekam suara, kamera foto, dan kamera video. Dengan demikian, ada bukti lain selain deskripsi verbal dalam catatan kualitatif sehingga lebih meyakinkan dengan adanya banyak bukti.⁵⁷

⁵⁵ Suharsini Arikunto, *prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*, (jakarta: Rineka Cipta, 2003),. h. 75

⁵⁶ *Ibid.* h.76

⁵⁷ Putra Nusa, *Op. Cit*, h. 106-108.

E. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini metode analisis data yang digunakan untuk menguraikan keterangan-keterangan data yang diperoleh agar data tersebut dapat dipahami. Bodgan menyatakan bahwa analisa data adalah proses mencari dan meyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain, sehingga dapat mudah dipahami dan temuanya dapat diinformasikan kepada orang lain.⁵⁸ Analisis data dilakukan dengan cara mengorganisasikan data dalam kategori, menjabarkan kedalam unit-unit, menyusun dan membuat kesimpulan sehingga mudah untuk dipahami. Untuk menganalisa data yang diperoleh dalam penelitian, peneliti menggunakan tiga teknik anilisis kualitatif, ada tiga komponen dalam analisis data kualitatif,⁵⁹ dengan langkah-langkah sebagai berikut :

1. Reduksi Data

Reduksi data ialah struktur atau peralatan yang memungkinkan kita untuk memilah, memilih, memusatkan perhatian, mengatur, dan menyederhanakan data. Reduksi data dapat dimaknai sebagai proses pemilihan, pemusatan perhatian pada penyederhanaan, pengabstrakan, dan transformasi data kasar yang muncul dari catatan-catatan tertulis di lapangan. Proses ini berlangsung secara terus-menerus sesudah penelitian lapangan, sehingga laporan akhir dapat tersusun secara lengkap. Kegiatan ini merupakan suatu bentuk analisis yang menajamkan, menggolongkan, mengarahkan, membuang yang tidak perlu, dan menyusun data dengan cara sedemikian rupa agar kesimpulan-kesimpulan akhirnya dapat ditarik dan ditentukan.⁶⁰

⁵⁸ Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif san R&D*, Alfabeta, Bandung 2015. H.334

⁵⁹ Jhon Creswell, *Penelitian Kualitatif dan desain penelitian : Memilih diantara Lima Pendekatan*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta 2015. H.253

⁶⁰ Rohidi, Tjetjep Rohendi, *Metodelogi Penelitian Seni*, (Semarang: Cipta Prima Nusantara, 2011), h. 234-235.

Melalui kegiatan ini, data yang diperoleh kemudian dapat disederhanakan dan ditransformasikan dalam berbagai cara: melalui seleksi yang ketat, melalui ringkasan, menggolongkannya ke dalam satu pola yang lebih luas, dan sebagainya. Pada intinya, Reduksi data ialah proses merangkum dan memilih hal-hal yang pokok serta memfokuskan hal-hal yang penting tentang hasil pengamatan yang muncul dari catatan lapangan.

2. Penyajian Data

Setelah dilaksanakan reduksi data, selanjutnya ialah penyajian data kegiatan ini merupakan penyajian sekelompok informasi tersusun yang member kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Melalui tahapan ini akan diperoleh pemahaman tentang apa yang akan terjadi dan tindakan apa yang harus dilakukan. Apabila data dalam penelitian kuantitatif lazimnya disajikan dalam bentuk tabel, maka data dalam penelitian kualitatif lazimnya disajikan dalam bentuk deskripsi atau narasi.

Data yang telah direduksi dibaca dengan berhati-hati untuk mengenal secara pasti pola dan tema fenomena yang diteliti setiap kalimat yang telah di reduksi di sebut sebagai unit. Data yang telah direduksi telah di beri kode berkenaan dengan pertanyaan peneliti serta kualitatif lazimnya disajikan dalam bentuk deskripsi atau narasi.

3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi

Kegiatan analisis yang ketiga adalah menarik kesimpulan dan verifikasi. Dengan mengikuti pendapat Miles dan Huberman sebagaimana yang dikutip Tjetjep, bahwa kegiatan ini sesungguhnya hanya merupakan sebagian dari suatu kegiatan konfigurasi yang utuh. Artinya kesimpulan-kesimpulan yang telah diambil juga dilakukan verifikasi selama penelitian berlangsung.⁶¹

⁶¹ *Ibid*, h. 236-238

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Sekolah

Profil Sekolah

1. Sejarah

SMA Budaya kemiling Bandar Lampung terletak di Jalan Imam Bonjol Kelurahan Sumberejo Kecamatan Kemiling, yang secara resmi berdiri pada tahun 1981. Berdasarkan surat keputusan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah tanggal 20 Januari 1990 Nomor 009 KEPM / 1990 SMA Budaya telah resmi menyandang status Di Dahan pada tahun 1981. SMA Budaya telah mengalami pergantian kepemimpinan sebagai berikut:

- 
- | | |
|--------------------------|---------------------------|
| 1. Ir. Suprasno hadi | (Periode 1981-1983) |
| 2, PJS | (Periode 1983-1984) |
| 3, Sunarso Herjan, B.Sc. | (Periode 1984-1985) |
| 4. Sujonarto, A. Md | (Periode 1985-1988) |
| 5. Budi Sutrisno, A.Md. | (Periode 1988 1992) |
| 6, Sunarso Herjan, B.Sc | (Periode 1992-1993) |
| 7. Sucipto, A. Md. | (Periode 1993-1994) |
| 8. Sutarto, S.Pd. | (Periode 1994-1998) |
| 9. Drs. Joharuddin | (Periode 1998 - sekarang) |

1. Visi SMA Budaya :

” Berprestasi, Disiplin, dan Berwawasan Imtaq ”

2. Misi SMA Budaya :

- a. Melaksanakan Pembelajaran dan Bimbingan secara efektif.
- b. Meningkatkan kualitas KBM untuk mencapai prestasi akademik yang maksimal.
- c. Menumbuhkan semangat untuk berprestasi
- d. Menerapkan manajemen sekolah yang partisipatif, Transparan dan akuntabel
- e. Membina hubungan kekeluargaan yang harmonis antar warga sekolah
- f. Mengoptimalkan pelaksanaan 7 K.
- g. Menciptakan sekolah sebagai tempat belajar dengan sarana dan prasarana yang lengkap dan memadai sebagai tempat mengelola prestasi yang berbasis dasar Tik.
- h. Menyempurnakan Sarana dan Prasarana untuk memenuhi standar pelayanan.
- i. Menerapkan disiplin yang tinggi terhadap warga sekolah dengan mengedepankan contoh atau suri Tauladan.
- j. Menumbuhkan kesadaran terhadap pelaksanaan tata tertib sekolah.
- k. Meningkatkan pengetahuan dan penghayatan terhadap agama yang dianut
- l. Memfasilitasi kegiatan keagamaan dilingkungan sekolah.

3. Tujuan Sekolah

Tujuan Sekolah juga mengacu pada surat Keputusan Menteri Pendidikan Nasional Republik Indonesia Nomor : 0483 / U / 1992 tentang SMA sebagai berikut :

- a. Menghasilkan lulusan yang berkualitas dan mampu bersaing
- b. Mencapai nilai ujian diatas standar nasional yang ditetapkan.
- c. Menguasai tehnologi informatika dan tehnologi pendidikan
- d. Menciptakan lingkungan sekolah yang bersih, indah dan asri

- e. Memperkokoh persatuan dan kesatuan antar warga sekolah
- f. Menjalin hubungan kerja sama yang sinergis antara warga sekolah dengan komite
- g. sekolah serta masyarakat.
- h. Mewujudkan manajemen sekolah yang transparan bersih dan berwibawa.
- i. Mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas.

4. Letak Geografis

SMA Budaya Bandar Lampung terletak di daerah kemiling, tepatnya di jalan di Jalan Imam Bonjol Kelurahan Sumberejo Kecamatan. letaknya tidak jauh dari jalan raya dan tempatnya mudah dikunjungi. Luas tanah m^2 , luas tanah terbangun m^2 dan luas tanah siap bangunan/lapangan m^2 . letak sekolah sangat strategis karena posisi sekolah tidak jauh dari pusat kota, namun tidak terganggu dengan kebisingan kota dan mudah dijangkau. Sehingga memungkinkan proses belajar mengajar berjalan secara efektif dan efisien. Selain itu, SMA Budaya Bandar Lampung juga merupakan salah satu sekolah di Bandar Lampung yang memiliki prestasi yang telah diraih oleh sekolah maupun siswanya, yang dibuktikan dengan diperolehnya penghargaan dalam berbagai bidang keilmuan, kesiswaan, kesenian, olahraga, dan yang lainnya.

1. Data Tenaga Pengajar/ Guru SMA Budaya Bandar Lampung.

Tabel 10

| NO | Nama Guru | NIP | Jurusan pendidikan terakhir | Mata pelajaran yang diampuh | Status pegawai | Tugas tambahan |
|----|-------------------------|-----|-----------------------------|-----------------------------|----------------|----------------|
| 1 | Drs. Joharuddin, M.M | - | S.2 Manajemen | sejarah | PNS DPK | Kepala Sekolah |

| | | | | | | |
|----|----------------------------|----------------------------|--|---------------------|------------|---------------------|
| 2 | Afrizal, S.Ag. S.Pd | - | S.1. BK | BK | GTY | Waka SMA |
| 3 | Drs. Suharto | - | S.1. Dakwah | Seni | GTY | |
| 4 | Dra.Hj. Diana Dewi | 195902 261986 032003 | S.1. Adm. Pendidikan | Sosiologi | PNS DPK | Ka. Lab Komputer |
| 5 | Dra. Nirmaida | 196202 151988 032003 | S.1. BK | BK | PNS DPK | Koordinator BK |
| 6 | Dra.Hj. Kardinawati | 195904 021992 032001 | S.1. PLS | Sejarah | PNS DPK | Ka. Perpustakaan |
| 7 | Drs. Suparno | - | S.1. Fisika | Fisika | GTT | |
| 8 | Umaeroh, S.Pd | - | S.1. Penjaskes | penjaskes | GTT | |
| 9 | Lingga Sepitanila, S.Pd | - | S.1. Bhs. Indonesia | Bahasa Indonesia | GTY | |
| 10 | Soedebyo, A.Md | - | D.3. Bhs. Inggris | Bahasa Inggris | GTT | |
| 11 | Drs. M. Ali Mukti | - | S.1. Perdana dan Pidana Islam | pkn | GTT | |
| 12 | Desi Susianti, | - | S.1. Bhs. | Bahasa | GTY | |

| | | | | | | |
|----|------------------------------|---|--------------------------|----------------------|-----|-------------------|
| | S.Pd | | Inggris | Inggris | | |
| 13 | Rini Danuwanti, S.Pd | - | S.1. Ekonomi | Ekonomi | GTY | |
| 14 | Hilman Aziz, S.Pd.I | - | S.1. PAI | P A I / Bhs. Arab | GTY | |
| 15 | Endang Purwanti, S.Pd | - | S.1 Bhs.Indone sia | Bahasa Indonesia | GTT | |
| 16 | Karlina Putri S.Pd | - | S.1. Geografi | Geografi | GTT | |
| 17 | Kitti Kartika Juni, S.Pd | - | S.1. Biologi | Biologi | GTT | Kepala Lab.IPA |
| 18 | Arini Marina, S.Pd | - | S.1. Kimia | Kimia | GTT | |
| 19 | Hadie Wijaya Kesuma, S.Pd | - | S.1. Matematika | Matematika | GTT | |
| 20 | Eko Mardiyanto, S.Pd | - | S.1. Penjaskes | Penjaskes | GTT | |
| 21 | Syamsurrizal, S.Kom | - | S.1. Komputer | TIK | GTT | |
| 22 | Laila Yunitasari, S.Pd | - | S.1. Matematika | Mulok | GTT | |

2. Data Jumlah Siswa SMA Budaya Bandar Lampung

- a. Data siswa antar Tahun
- b. Data jumlah siswa sekarang
- c. Data Sarana Dan Prasarana

Sarana dan prasarana di SMA BUDAYA Bandar Lampung adalah sebagai berikut:

| | | |
|-----|----------------------------|---------|
| a) | Sarana gedung. | |
| 1. | Ruang kepala sekolah | 1 ruang |
| 2. | Ruang guru | 1 ruang |
| 3. | Ruang belajar | 5 ruang |
| 4. | Ruang tata usaha | 1 ruang |
| 5. | Ruang Lab IPA | 1 ruang |
| 6. | Ruang perpustakaan | 1 ruang |
| 7. | Ruang bimbingan konseling | 1 ruang |
| 8. | Ruang Lab, komputer | 1 ruang |
| 9. | Ruang UKS | 1 ruang |
| 10. | Gudang | 1 ruang |
| 11. | Kamar mandi kepala sekolah | 1 ruang |
| 12. | Kamar mandi guru dan TU | 2 ruang |
| 13. | Kamar mandi siswa | 6 ruang |
| 14. | Ruang penjaga sekolah | 1 ruang |
| 15. | Kantin sekolah | 2 ruang |
| 16. | Musholah | 1 ruang |

b) Sarana Fasilitas Belajar

- a. Lapangan Olahraga dan Upacara

Tabel 11

| Lapangan | Jumlah (buah) | Ukuran (pxl) | Kondisi | Keterangan |
|----------------------|------------------|-----------------|---------|------------|
| 1. Lapangan Olahraga | | | | |
| a. Bulu tangkis | 1 | 15 x 20 | Baik | |
| b. Futsal | 1 | 10 x 20 | Baik | |
| c. Basket | 1 | 10 x 20 | Baik | |
| 2. Lapangan Upacara | 1 | 20 x 40 | Baik | |

b. Ruang Belajar Lain

Tabel 12

| NO , | Jenis Ruangan | Jumlah (buah) | Ukuran (pxl) | Kondisi | Jenis Ruangan | Jumlah (buah) | Ukuran (pxl) | Kondisi |
|---------|------------------|------------------|-----------------|---------|------------------|------------------|-----------------|---------|
| 1. | Perpustakaan | 1 | 7 x 15 | Baik | Lab. Komputer | 1 | 7 x 10 | Baik |
| 2. | Musholah | 1 | 7 x 7 | Baik | Lab. IPA | 1 | 7x5 | Baik |

c. Sarana Penunjang

Tabel 13

| No | Listrik | Air bersih |
|----|----------------|------------|
| 1 | PLN | Sumur bor |
| 2 | 220 Volt | |
| 3 | 900 - 2.200 VA | |

B. Deskripsi hasil penelitian

Adanya data yang ditemukan dari berbagai hasil penelitian, maka peneliti akan dengan mudah menganalisis temuan yang ada. sebagaimana dengan data yang ada teknik analisis ini menggunakan Deskriptif Kualitatif dimana data yang diperoleh dari observasi, wawancara, dan dokumentasi dari pihak yang terkait. Sebagaimana sudah diterangkan di awal, bahwa dalam analisis data penelitian, peneliti menggunakan analisis deskriptif kualitatif dan data yang diperoleh peneliti melalui beberapa wawancara, observasi dan dokumentasi. Untuk mengetahui keakuratan data.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tentang implementasi *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung. Agar peneliti terarah dengan baik peneliti melakukan penelitian sesuai dengan prosedur pengumpulan data dan tahap-tahap penelitian.

Untuk memberikan gambaran secara jelas mengenai implementasi teknik self management dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung. Peneliti melakukan wawancara dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan.

C. Hasil observasi dengan guru bk SMA Budaya Bandar Lampung

Adapun hasil observasi yang peneliti peroleh dari lapangan dapat peneliti uraikan sebagai berikut.

- a. Peserta didik mengelola dirinya sendiri (*Self Management*) sehingga terjadi penurunan perilaku membolos. Peneliti melihat dan menilai bahwa dalam aspek ini guru bk telah melaksanakannya dengan baik.
- b. Memberikan pengetahuan kepada peserta didik dampak membolos terhadap prestasi peserta didik. dalam aspek ini peneliti melihat dan menilai cukup.
- c. Menciptakan peserta didik lebih taat terhadap peraturan sekolah (membolos) demi prestasi belajarnya. Maka dalam aspek ini peneliti memberi kriteria penilaian baik
- d. Melakukan refleksi diakhir pertemuan . peneliti melihat dan menilai bahwa guru bk telah melaksanakannya dengan baik.

Dari hasil observasi yang diperoleh,peneliti dapat menyimpulkan bahwa guru bk melakukan langkah-langkah pelaksanaan implementasi teknik *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik sangat baik.

Hubungan guru bk dengan peserta didik lebih baik dan bermakna apabila guru bk dapat mewujudkan harapan siswa dengan cara memecahkan permasalahan pribadi yang dialaminya dan tidak dibeberkan kepada orang lain.

D. Pertanyaan yang berhubungan dengan peran guru bk

- a. Menurut ibu bagaimana peran guru bk dalam menangani masalah seperti peserta didik yang membolos?

Jawaban:

Disekolah kami di SMA Budaya Bandar lampung untuk peran guru bk sendiri dalam menangani masalah peserta didik yang membolos sudah cukup baik, dimana guru bk sendiri dalam penanganannya berkordinasi atau berkerjasama dengan wali kelas untuk mendapatkan data anak-anak yang membolos kemudian ditangani atau diproses dan

dibina berdasarkan porsinya dan tahapan-tahapan dalam penyelesaian masalah yang ada didalam sekolah kami.

- b. Seperti apa proses pelaksanaan konseling individu disekolah?

Jawaban:

Untuk konseling individu sendiri sering kami laksanakan disekolah kami, adapun bebrapa prosedurnya.

E. Hasil wawancara dengan guru bk SMA Budaya Bandar Lampung

- a. Bagaimana guru BK dalam menangani masalah peserta didik yang membolos?

Jawaban:

guru bk sendiri dalam penanganannya berkordinasi atau bekerja sama dengan wali kelas untuk mendapatkan data anank-anak yang membolos melihat absen setiap peserta didik kemudian diganti atau diproses dan dibina berdasarkan porsinya dan tahapan-tahapan dalam penyelesaian masalah yang ada dalam sekolah kami.

- b. Bagaimana proses pelaksanaan program konseling individu disekolah?

Jawaban:

Untuk konseling individu sendiri sering kami laksanakan disekolah kami, adapun beberapa prosedurnya. Kita bisa mendapatkan murid atau klien konseling individu ini melalui dari wali kelas, guru-guru mata pelajaran, maka anak-anak tersebut kami panggil dan kami adakan konseling individu.

- c. Bagaimana hasil yang ibu terapkan dalam membimbing peserta didik?

Jawaban:

Setelah diberikan layanan konseling individual dengan teknik *Self Management* peserta didik yang membolos mengalami penurunan hal ini

dilihat dari perubahan perilaku peserta didik setelah melihat absen harian dan mengevaluasi peserta didik.

Hasil wawancara peneliti dengan guru bk ,peran yang pertama yang guru bk lakukan adalah melihat absen setiap peserta didik dan . Beliau mengatakan”kami melihat absen peserta didik setiap kelasnya,dari absen tersebut dapat diketahui beberapa peserta didik yang sering tidak masuk sekolah tanpa keterangan. Setelah mendapatkan informasi keesokan harinya peserta didik yang sering tidak masuk tanpa keterangan tersebut dipanggil dan ditanyakan permasalahan sesuai dengan absen kelas supaya mendapatkan kebenaran apakah benar peserta didik tersebut sering tidak masuk sekolah /kelas.

Dari data yang didapatkan peneliti memfokuskan 1 (satu) peserta didik diantaranya HJ yang dapat dijadikan sebagai bahan peneliti untuk memberikan penerapan implementasi *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA budaya Bandar lampung.

Berdasarkan analisis pemerhatian terhdap guru BK di SMA Budaya Bandar Impung, peneliti memperoleh beberapa hasil bahwa guru BK sudah mampu menangani perilaku membolos peserta didik, hal ini tergambar saat proses konseling berlangsung.

Berikut ini adalah implementasi *Self Management* yang di gunakan oleh guru BK dalam menangani perilaku membolos pesertadididk.

Penampilan guru BK saat proses konseling:

- a. Posisi tubuh: berhadapan dengan peserta didik, jarak duduk guru bk dengan peserta didik sangat dekat.
- b. Kepala: melakukan anggukan jika setuju
- c. Ekspresi: cerah, tenang

- d. Menderngkan: terarah hanya kepada peserta didik

F. Langkah-langkah pelaksanaan konseling individu dengan teknik *Self Management*:

Kegiatan dilakukan peneliti berkolaborasi dengan guru BK. Merancang langkah-langkah konseling, peneliti melakukan kolaborasi dengan guru BK untuk menyusun rencana pelaksanaan konseling.

Dan rancangan yang ditentukan oleh peneliti dan guru BK adalah sebagai berikut :

- a. Diskusi
- b. Menentukan tema kegiatan, yaitu tentang perilaku membolos di sekolah
- c. Menyiapkan SATLAN (satuan layanan) yang berisikan tentang materi-materi mengenai perilaku membolos
- d. Menentukan teknik yaitu, teknik *Self Management*
- e. Tindakan

Dalam pelaksanaan tindakan, peneliti dan guru BK bersepakat menggunakan *Self Management* sebagai teknik yang digunakan dalam penelitian peserta didik yang membolos. Peneliti sebagai obsever melakukan pengamatan. Adapun kegiatan yang akan dilakukan meliputi:

a. Kegiatan Pembuka:

- 1. Mengkondisikan anak sebelum memulai konseling.
- 2. Berdoa sebelum memulai.
- 3. Menyapa anak dan memberikan salam
- 4. Menanyakan kabar anak dan suasana hati anak hari ini.
- 5. Bercakap-cakap tentang identitas anak dan keluarga (nama diri, nama ayah

dan ibu, ciri-ciri fisik)

6. Pembimbing menyampaikan tujuan

b. Kegiatan Inti:

1. Guru Pembimbing menyampaikan materi mengenai kasus membolos. Materi tersebut berupa pengertian membolos, faktor-faktor yang menyebabkan membolos, dampak negatif yang dirasakan jika membolos, serta solusi untuk peserta didik yang membolos.
2. Guru Pembimbing mulai menggali permasalahan untuk menemukan apa saja yang menyebabkan anak membolos
3. Anak diberikan kesempatan untuk mengungkapkan perasaannya
4. Guru pembimbing melakukan tanya jawab kepada peserta didik tentang masalah membolos yang dialaminya
5. Guru pembimbing memberikan pengarahan serta motivasi kepada peserta didik
6. Guru memberikan layanan *Self Management* kepada peserta didik karena melanggar tata tertib sekolah berupa perilaku membolos.
7. Guru pembimbing mengamati setiap kegiatan peserta didik.
8. Guru pembimbing mencatat perkembangan peserta didik.

c. kegiatan penutup

1. Menanyakan perasaan anak setelah melakukan kegiatan
2. Menyimpulkan kegiatan yang sudah dilakukan.
3. Berdoa dan salam

G. Contoh dialog sesi konseling oleh guru BK dengan menggunakan *Self Management*:

Contoh dialog 1

Peserta didik :”Assalamu’alaikum..”

guru bk: “ walaikumsalam Silahkan duduk di kursi yang kamu sukai..” (opening, penciptaan hubungan baik)

Guru bk :”bagaimana kabar HJ hari ini? (memimpin)

Peserta didik :” allhamdulillah,baik bu..”

Contoh Dialog 2

Peserta didik :”Assalamu’alaikum..”

guru bk: “ walaikumsalam, Silahkan masuk” silahkan duduk nak (tersenyum lalu menunjukan dan mempersilahkan duduk)

Peserta didik :”iya bu terimakasih”

Guru bk :”bagaimana kabar HJ hari ini? (memimpin)

Peserta didik :” allhamdulillah,baik bu..”

Contoh Dialog 3

Guru BK :”oh ya,,bagaimana kegiatanmu di pramuka?” (topik netral)

Guru BK :”ibu mengerti apa yang kamu rasakan saat ini, HJ tidak perlu takut karna apa yang akan kita bicarakan nanti sifatnya rahasia, jadi masalah ini hanya HJ dan ibu yang mengetahui.” (Pengalihan ke topik inti)

Contoh Dialog 4

Peserta didik :”baiklah bu...sebenarnya saya punya masalah . ibu tahu kan selain aktif di pramuka saya juga aktif di organisasi footsall. Saya merasa menjadi sangat

sibuk dan hanya punya waktu sedikit untuk belajar, bahkan terkadang saya harus meninggalkan kelas. Dengan mengikuti berbagai oerorganisasi saya merasa mendapatkan pengalaman dan juga teman-teman baru. Akan tetapi akhir-akhir ini saya sangat sulit untuk mengatur waktu belajar saya. Biasanya saya baru akan sampai dirumah pukul 18.30, kemudian melihat tv sampai pukul 20.30. kemudian baru saya belajar atau mengerjakan tugas . saya sebenarnya ingin belajar tapi acaranya sangat menarik. Karna keterbatasan waktu belajar saya,Saya merasa gagal buk dalam prestasi belajar saya dan ini yang menjadi alasan saya membolos.terkadang saya juga tertidur saat belajar dirumah karena saya merasa kecapean saya bingung buk bagaimana mengatur waktu agar lebih banyak belajar lagi?”

Contoh Dialog 5

Guru BK :”bingung?” (Penyajian kembali)

Guru BK :”pada intinya kamu memiliki banyak kegiatan, sehingga kurang bisa mengatur waktu untuk belajar dan karena prestasi belajar mu menurun kamu merasa gagal dalam belajar seingga km membolos karna malas untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar.” (klarifikasi)

Contoh Dialog 6

Guru BK :”Dari apa yang telah kamu kemukakan tadi, ibu dapat menyimpulkan bahwa intinya kamu kurang bisa mengelola diri dalam hal pengaturan waktu belajar dengan kegiatan ekstrakurikuler kamu disekoah sehingga prestasi belajar kamu menurun dan kamu merasa gagal dalam belajar dan ini yang menjadi alasan kamu membolos.” (Ringkasan bagian)

Contoh Dialog 7

Guru BK :”disini HJ mencatat bahwa kegiatan belajar HJ lebih sedikit dari pada mengikuti intrakulikuler dan ekstrakulikuler. HJ hanya belajar kira-kira satu jam perhari, latihan footsal 5 kali seminggu hingga pukul 18.00. dan sepulang sekolah HJ mengerjakan tugas-tugas atau hanya sekedar berada di kesekretariatan hingga pukul 15.30. menonton tv sepulang berlatih footsall sampai pukul 20.30. disini HJ juga menyebutkan biasanya teman-teman HJ bermain kerumah. Menurut HJ apa yang seharusnya HJ lakukan?” (Lead umum)

Contoh Dialog 8

Peserta didik :”mungkin saya harus meningkatkan belajar saya dan mengurangi kegiatan organisasi saya dengan membuat jadwal dan saya harus disiplin dengan jadwal yang saya buat. Tapi saya bingung bu bagaimana saya merumuskan jadwal, saya pernah membuatnya namun prestasi saya tetap menurun dan saya tetap merasa gagal dalam belajar.”

Guru BK :”tepat sekali, itu ide bagus. Ibu setuju mengenai perumusan jadwal. Ibu percaya dan yakin kali ini kamu pasti bisa. Baiklah, sekarang ibu akan membantu HJ untuk merumuskan jadwal yang tepat agar waktu kamu seimbang antara waktu belajar dan kegiatan ekstrakulikuler sehingga prestasi belajar kamu dapat meningkat. Dan setelah ini kamu tidak boleh membolos dengan alasan merasa gagal dalam belajar atau dengan alasan apapun.” (Prediksi persetujuan)

Contoh Dialog 9

Guru BK :”begini, sekarang mulailah mencatat semua kegiatan HJ selama sehari penuh. Catatlah secara cermat semua kegiatan mulai dari waktu dan berapa kali HJ melakukan kegiatan itu. Ibu beri waktu untuk HJ mencatat semua kegiatan HJ selama sehari penuh. HJ dapat melakukannya?” (pemberian tugas)

Contoh Dialog 10

Peserta didik :”saya rasa bisa bu”

Guru BK :”jangan mengatakan saya rasa bisa. Dapatkah HJ mengatakan ‘Saya bisa melakukannya?’ (Penegasan)

Contoh Dialog 11

BK Guru :”melihat catatan kamu yang tadi setelah pelajaran disekolah berakhir, kamu langsung mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, kemudian sesampainya di rumah kamu tidak langsung belajar tetapi menonton tv terlebih dahulu, bahkan bisa sampai malam bila acaranya menarik. Pola inilah yang harus diubah. Buatlah jadwal kegiatanmu selama sehari penuh, mulai dari pagi sampai malam hari. Misalnya bangun pagi jam 05.30 sholat dan seterusnya.” (Modifikasi Lingkungan)

Contoh dialog 12

BK Guru : (melihat jadwal yang dibuat konseli) ”Berlatih football 3 kali seminggu, berada di kesekolahan 4 kali seminggu hingga jam 3 sore, pulang dan istirahat hingga pukul 16.00, ngobrol dengan teman yang main kerumah 15 menit, kemudian berangkat bermain football, istirahat dan belajar dari pukul 19.15 hingga pukul 21.30, ditambah pagi setelah sholat subuh dari pukul 05.00-06.00.”

“Hem...baiklah jadwal yang kamu buat sudah cukup sesuai dan porsi waktunya juga cukup seimbang, antara kegiatan ekstrakurikuler, kegiatan belajar, waktu istirahat dan juga waktu bermain kamu. Selajuatnya kita akan menyusun konsekuensi jika HJ melanggar jadwal yang telah kita rumuskan ini.”

Contoh dialog 13

Peserta didik :”iya bu...jika saya melanggar jadwal yang telah dibuat maka saya tidak boleh mengikuti kegiatan ekstrakurikuler selama 2 hari dan menggantinya dengan belajar dirumah. Bila ada teman yang main kerumah atau acara tv sangat menarik dan saya harus melihatnya diwaktu belajar, maka saya akan menmbah waktu belajar saya diwaktu lain sebagai gantinya.” (Penguatan diri)

Contoh dialog 14

BK Guru :”pertemuan selanjutnya kita akan melakukan evaluasi kegiatan kamu, apakah kamu benar-benar menerapkan jadwal tersebut dengan baik atau tidak.”
(penghentian/pengahiran)

H. Pembahasan

Hasil penelitian menunjukan bahwa Dalam hal membolos mungkin ini sudah wajar terjadi,bahkan disetiap sekolah di setiap harinya ada siswa yang membolos,alasanyapun beraneka ragam. Fenomena perilaku membolos pada seorang peserta didik biasanya tampak jelas dari menurunnya kinerja akademik atau prestasi

belajarnya. Jika sudah terjadi menurunnya kinerja akademik atau prestasi belajarnya dapat dibuktikan dengan muncul kelainan perilaku peserta didik .

Peran guru secara umum adalah menuju pada guru profesional yang bertugas ,mendidik, mengajar, membimbing, mengarahkan, melatih, menilai, mengevaluasi peserta didik.

Dalam proses belajar mengajar guru sering menghadapi masalah adanya peserta didik yang tidak dapat mengikuti pelajaran dengan baik. Ini merupakan Salah satu dampak dari membolos pada peserta didik adalah menurunnya prestasi belajar (kesulitan belajar/merasa gagal dalam belajar)

Selanjutnya guru bk melakukan proses konseling untuk mendapatkan hasil yang baik, maka guru bk memanggil orang tua untuk menyampaikan permasalahan peserta didik tersebut. “kami menceritakan permasalahan peserta didik dan kerjasama kepada orang tua untuk mengatasi permasalahan yang terjadi pada siswa tersebut” ujarnya. Guru pembimbing memberikan pemahaman kepada orang tua untuk mengawasi peserta didik tersebut ,sehingga permasalahan tersebut bisa di atasi.

Dengan adanya implemtasi self management dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik, permasalahan tersebut bisa teratasi. Guru pembimbing melakukan wawancara dengan murid tersebut tentang faktor penyebab membolos yang di alaminya.

Perilaku membolos yang dilakukan siswa SMA Budaya Bandar Lampung pada dasarnya muncul melalui proses interaksi dengan lingkungannya. Membolos merupakan perilaku yang melanggar norma-norma sosial sebagai akibat dari proses pengondisian lingkungan yang buruk. dalam hal ini proses belajar yang salah dan kesalahpahaman dalam menanggapi lingkungan dengan tepat menjadi penyebab munculnya perilaku membolos. Setelah menerapkan teknik *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos, guru

bk memantau peserta didik supaya mengetahui apakah *Self Management* yang di terapkan kepada peserta didik itu berdampak menuju perubahan atau tidak.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Dengan adanya implementasi *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik d SMA Budaya Bandar Lampung, peserta didik diberikan layanan konseling individu dengan tehnik *Self Management*, penurunan perilaku membolos dapat dilihat dari keberhasilan peserta didik dalam melaksanakan proses konseling individu dengan tehnik *Self Management*.

Adapuan tahapan-tahapan pelaksanaan konseling individu dengan tehnik *Self Management* dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik seperti berikut: Dalam tehnik self management peserta didik menceritakan terdahulu permasalahan yang dialaminya yang menjadikannya alasan untuk membolos, peserta didik merasa kurang bisa mengatur waktu belajar karena sibuk dengan kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan dilakukan peneliti berkolaborasi dengan guru BK. Merancang langkah-langkah konseling, peneliti melakukan kolaborasi dengan guru BK untuk menyusun rencana pelaksanaan konseling individu.

Berdasarkan hasil pengamatan dapat disimpulkan bahwa peserta didik yang membolos mengalami penurunan, hal ini ditunjukkan dari perubahan perilaku pada peserta didik setelah guru BK mengevaluasi kegiatan peserta didik.

B. SARAN

Berdasarkan hasil pembahasan dan kesimpulan diatas, peneliti memberikan saran-saran kepada beberapa pihak, yaitu sebagai berikut:

1. Bagi peserta didik, peserta didik yang pernah mengalami perilaku membolos diharapkan untuk tidak lagi mengulangi perbuatan membolos. Sehingga peserta didik tidak lagi tertinggal materi pelajaran yang tentunya dapat merugikan diri sendiri. Serta diharapkan untuk selalu patuh terhadap tata tertib sekolah.
2. Kepada guru BK, diharapkan kepada guru bk dapat membantu peserta didik yang mengalami kesulitan dalam belajar terutama dalam menerapkan disiplin tata tertib sekolah dalam hal perilaku membolos, peserta didik dengan memaksimalkan layanan bimbingan konseling, baik itu konseling kelompok, individu, bimbingan kelompok, maupun layanan informasi.
3. Kepada kepala sekolah, diharapkan sekolah dapat menyediakan sarana dan prasarana yang dapat menunjang kegiatan bimbingan dan konseling di sekolah.



DAFTAR PUSTAKA

- Handoko.Aris, *Mengatasi Perilaku Membolos Melalui Konseling Individual Menggunakan Pendekatan Konseling Behavior Dengan Teknik Self Management Pada Siswa X TKJ SMK Bina Nusantara Unggahan*[diakses Pada tanggal 23 november 2018 jam 20.04]
- Data Survey Pra Penelitian dengan Guru Bimbingan dan Konseling di SMA Budaya Bandar Lampung*
- Widoyoko. Eko Putro, *Penilaian Hasil Pembelajaran Disekolah*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar. 2014
- Astuti.indri, *Mengurangi Perilaku Membolos Siswa Dengan Menggunakan Layanan Konseling Individual Studi Kasus Pada Siswa kelas XI SMA Budaya Bandar Lampung* [diakses pada :23 november 2018 pada pukul 21:08 wib]
- Creswell. Jhon, *Penelitian Kualitatif dan desain Penelitian Deskriptif : Memilih diantara Lima Pendekatan*, Pustaka Pelajar, Yogyakarta 2015
- Noor.Juliansyah, *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah*, Kencana Prenada Media Group, Jakarta, 2011,
- Kartono, Kartini, *Bimbingan Bagi Anak dan Remaja Yang Bermasalah* Jakarta: Rajawali Press, 2003
- Kartono, Kartini, *Kenal-akalan Remaja*, Jakarta : Rajawali Pres Latipan.2008 *Psikologi Konseling* .Malang:UPT.UMM, 2008
- Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, PT Remaja Rosdakarya, Bandung, 2012
- Mardalis, *Metode Penelitian Sebagai Pendekatan Proposal*, Bumi Aksara, Jakarta, 2004,
- Mahmudah, *Mengurangi Perilaku Membolos Dengan Menggunakan Layanan Konseling Behavioral*. [diakses Pada tanggal 24 November 2018 Jam 22:02]
- Nursalim. Mochamad, *Strategi dan Intervensi Konseling*, (Jakarta: Akademia Permata, 2013)
- dewi Ovila priska, *penerapan konseling kelompok dengan teknik behavior contrack untuk mengurangi perilaku membolos pada siswa di SMK Kawung 1 Surabaya*.[Http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk_unesa/article/view17012/20987](http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-bk_unesa/article/view17012/20987) [diakses pada 07 desember 2018 pada pukul berapa 16-27 WIB]
- Prayitno dan erman Amti, *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*, Jakarta. Rieneka Cipta.2004
- Rohidi, Tjetjep Rohendi, *Metodelogi Penelitian Seni*, (Semarang: Cipta Prima Nusantara,2011),

Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Alfabeta, Bandung 2015

Sugiyono, *Metode Penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta, Bandung 2016.

Arikunto.Suharsimi, *Prosedur Penelitian Pendekatan dan Praktik*, Bina aksara Jakrta 2007

Arikunto.Suharsimi, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*, Rineka Cipta, Jakarta 2002,

Arikunto.Suharsimi, *prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*, (jakarta: Rineka Cipta,2003),







YAYASAN PENDIDIKAN BINA UTAMA DHARMA KARYA
SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG
STATUS TERAKREDITASI B

NPSN : 10807028

NSS : 302126013014

NIS : 300140

Jalan Pendidikan No. 32 Telp. (0721) 270853 Kemiling, Bandar Lampung, Provinsi Lampung



SURAT KETERANGAN MENGADAKAN PENELITIAN
Nomor : 038 /SMA/BDY/E.23/III/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini Kepala SMA Budaya Bandar Lampung, menerangkan bahwa :

Nama : MIRZANDI
NPM : 1411080229
Tahun : 2019
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Pendidikan Islam

Benar telah melaksanakan Penelitian di SMA Budaya Bandar Lampung Mulai tanggal, 20 Februari s.d 20 Maret 2019

Dengan Judul Sekripsi : Implementasi tehknik Self management dalam menurunkan perilaku membolos peserta didik di SMA Budaya Bandar Lampung

Demikian surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Bandar Lampung, 25 Maret 2019
Kepala SMA Budaya,



[Signature]
H. JOHARUDDIN, M.M

SATUAN LAYANAN

BIMBINGAN DAN KONSELING

Kelas/semester :XI (sebelas) 1 (satu)

Tahun ajaran :2018/2019

- | | |
|-----------------------------------|--|
| A. Bidang layanan | : Bimbingan pribadi |
| B. Topic permasalahan | : Perilaku membolos |
| C. Rumusan kopetensi | : Peserta didik mampu mematuhi tata tertib |
| D. Jenis layanan | : Layanan konseling perorangan |
| E. Fungsi layanan | : Pengentasan |
| F. Tujuan layanan | : Siswa dapat rajin masuk kesekolah dan menaati tata tertib sekolah |
| G. Sasaran layanan | : Siswa kelas XI |
| H. Materi/uraian kegiatan | : 1. Pengertian tentang membolos 2. Pentingnya mematuhi peraturan sekolah |
| I. Strategi penyajian | : Individual |
| J. Tempat penyelenggaraan | : Ruang BK |
| K. Waktu | : 30 Menit |
| L. Setting dan pengalaman belajar | : |
| a.guru | : -Guru pembimbing mengucapkan salam pembuka :-Guru pembimbing mengungkapkan ekspresi empati scara verbal dan non verbal :-Tanya jawab |
| b. siswa | : -Sikap siswa yang terbuka :-Siswa mampu mengeksplorasi masalah :-Siswa mampu menemukan masalah yang dihadapi |

| | |
|-------------------------------------|--|
| | : -Siswa mampu menetapkan dan menilai alternatif terbaik atas pemecahan masalahnya |
| | : -Siswa mampu memegang teguh alternative pemecahan masalahnya |
| M. Penyelenggara | : Guru BK |
| N. Alat perlengkapan | : Buku tentang materi dan absensi siswa |
| O. Biaya | : - |
| P. Evaluasi | : Observasi pada siswa kels XI dn melihat Perkembangannya |
| Q. Rencana tindak lanjut siswa yang | : Konsultasi atau memberikan pengarahan bagi masih membolos |

Bandar lampung, februari 2019

Mengetahui

Guru pembimbing

Kepala SMA budaya

Materi/uraian:

A. Pengertian Membolos

Pengertian membolos membolos dapat diartikan sebagai perilaku siswa yang tidak masuk sekolah dengan alasan yang tidak tepat atau membolos juga dapat dikatakan sebagai ketidak hadiran siswa tanpa adanya suatu alasan yang jelas membolos merupakan salah satu bentuk dari kenakalan siswa yang jika tidak segera diselesaikan atau dicari solusinya dapat menimbulkan dampak yang lebih parah

B. Faktor-Faktor Penyebab Siswa Membolos

Penyebab siswa membolos dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor beberapa faktor-faktor penyebab siswa membolos dapat dikelompokkan menjadi dua faktor yakni faktor internal dan faktor eksternal faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam diri siswa bisa serupa karakter siswa yang memang suka membolos sekolah hanya dijadikan tempat mangkal dari rutinitas rutinitas yang membosankan di rumah sementara itu faktor eksternal adalah faktor yang dipengaruhi dari luar siswa misalnya kebijakan sekolah yang tidak berdamai dengan kepentingan siswa guru yang tidak profesional fasilitas penunjang sekolah misalnya laboratorium dan perpustakaan yang tidak memadai bisa jadi kurikulum yang kurang bersahabat sehingga mempengaruhi proses belajar di di sekolah. Adapun faktor lainnya yang menyebabkan siswa membolos diantaranya yaitu:

1. Faktor keluarga
2. Faktor kurangnya kepercayaan diri
3. Perasaan yang tersisa ikan 4 lingkungan dan teman-teman dan lain-lain

C. Solusi

1. Guru melakukan pendekatan persuasif dan edukatif kepada siswa koma memposisikan siswa sebagai teman bicara dan bukan sebagai terdakwa
2. Guru memberikan teladan yang baik kepada siswa koma jangan sampai siswa terlambat dihukum sedangkan guru yang sering terlambat dibiarkan saja
3. Guru selalu berkreasi koma agar suasana kelas tercipta ceria menyenangkan dan hidup
4. Guru hendaknya me refleksi dan mengevaluasi diri apakah siswa dapat menerima dan memahami yang telah diajarkan guru

5. Guru harus memberikan penilaian kepada siswa dengan adil koma transparan, jujur dan tidak merekyasa

D. Pentingnya Mentaati Pentingnya Menaati Tata Tertib Terdapat 10 Manfaat Diantaranya Yaitu

1. Melatih Kedisiplinan

tentu saja tujuan utama dari pembuatan tata tertib yaitu untuk melatih kedisiplinan para siswa titik dengan dengan menjadi siswa yang disiplin, maka kegiatan belajar mengajar akan berlangsung dengan efektif dan nyaman dek misalnya saja waktu sekolah di mulut dimulai pukul kosong 07.30 pagi dengan mewajibkan siswa datang sebelum bell masuk berbunyi maka kegiatan belajar mengajar akan dapat dimulai tepat pada waktu yang telah ditentukan.

2. Melatih Tanggung Jawab

Apabila burung memberikan tugas atau pekerjaan rumah maka siswa wajib wajib mengerjakannya hal ini dapat melatih rasa tanggung jawab siswa terhadap apa yang dia mana tekan kepada-nya dan ingat siswa pun akan belajar tentang adanya konsekuensi apabila tidak melaksanakan apa yang ditugaskan kepadanya titik dan dilain pihak kemahasiswaan belajar bahwa mengerjakan apa yang menjadi kewajibannya.

3. Mengefektifkan Kegiatan

Ke tidak teraturan tentu saja menyebabkan semua kegiatan menjadi tidak efektif bayangkan apabila para siswa datang terlambat dan masuk dalam kelas secara bergantian padahal kelas telah dimulai take pastilah kegiatan belajar mengajar akan terpotong dan akhirnya terganggu titik begitu pula adanya suara telepon ketika kegiatan belajar dengan demikian peraturan agar tidak teladan tidak mengaktifkan telepon di kelas akan membantu keefektifan kegiatan belajar.

4. Mengingat Tugas Sebagai Pelajar

Sesuai diharuskan memakai seragam tidak lain tidak bukan agar orang-orang dapat mengidentifikasi bahwa mereka adalah pelajar tete hal ini memudahkan guru untuk mengenal para siswa begitupun masyarakat detik bagi siswa itu sendiri memakai seragam akan mengingatkan mereka bahwa mereka rela pelajar yang memiliki tugas utama belajar.

5. Melatih kejujuran

siswa-siswa yang tidak masuk harus memberikan surat keterangan mengapa mereka tidak dapat mengikuti pelajaran titik apabila mereka sakit mereka harus memberi surat sakit atau apabila mereka izin maka surat izin dibutuhkan titik hal ini untuk melatih kejujuran dan menghindarkan para siswa bolos dan berbohong apabila mereka tidak ada di classic tentu saja ketidakadilan yang tidak beralasan akan berbuah pada suatu konsekuensi

6. Menjaga Kenyamanan Lingkungan

Di sekolah kau mahasiswa diajarkan menjaga kebersihan seperti membuang sampah pada tempatnya dan tidak men coret-coret tembok atau meja hal ini ditunjukkan agar

lingkungan terjaga kreasi nya dan membuat kegiatan belajar mengajar sam menjadi nyaman tambahan pula dengan tata tertib mini makan susu akan belajar untuk merawat lingkungan sekitarnya

7. Melatih kemandirian

Mereka ketika ujian berlangsung tentu saja siswa dituntut untuk bekerja sendiri dan peraturan tidak diperbolehkan para siswa bekerjasama titik dengan demikian koma siswa dituntut untuk percaya pada kemampuannya sendiri dan berusaha mempersiapkan yang terbaik untuk ujian tersebut titik kejujuran para siswa dilatih karena diperkenankan membuka buku dan mencontek pada saat ujian

8. Melatih Keterampilan Sosial Dan Softskill

Kecuali homeschooling koma siswa tentu saja akan berbaur dengan sesamanya dan para guru untuk berinteraksi berinteraksi sosial titik tata tertib on berlaku di sini, misalnya peraturan untuk menghormati para guru dan pelanggaran untuk berkelahi di sekolah apabila siswa mengikuti peraturan maka ketika mereka siap untuk terjun ke masyarakat mereka akan belajar untuk menghormati sesama dan tahu bahwa membuat kericuhan adalah hal yang tidak terpuji

9. Menghilangkan kecemburuan sosial

Para siswa terutama murid perempuan pada umumnya dilarang untuk memakai perhiasan titik selain untuk masalah keamanan karena perhiasan yang mencolok akan mengandung kejahatan koma hal ini ditunjukkan untuk menghindarkan sesuai dari kecemburuan sosial penggunaan seragam popon mendukung hal ini bisa dibayangkan seragam tidak diwajibkan maka baju-baju siswa akan berbeda tergantung kemampuan sosial keluarga mereka dan ini akan memicu kecemburuan sosial

10. Meningkatkan Rasa Kebersamaan

Bawahnya hal yang mungkin tidak terasa bagi para siswa dalam menjalani tata tertib sekolah adalah rasa kebersamaan antara siswa titik dengan kegiatan yang sama peraturannya bagi setiap siswa sabari koma maka akan tumbuh rasa satu kebersamaan sebagai pelajar titik dengan demikian koma ketika lulus nanti maka relasi akan terjalin dan terbukti dengan banyaknya iki kata nul alumni indonesia .

Terlepas dari itu, semua manfaat tersebut akan terasa apabila siswa mau menaati tata tertib soekotjo setelah mengetahui manfaatnya koma maka stigma dalam benak masing-masing siswa harus diubah stigma yang berbunyi aturan dibuat untuk dilanggar harus diubah menjadi aturan dibuat untuk diikuti detik

Sesi konseling Peserta didik dengan teknik *Self Management*

Pertemuan pertama

Peserta didik :”Assalamu’alaikum..”

Peneliti&guru bk: “walaikumsalam..HJ, mari silahkan masuk”

Peserta didik :”iyaa bu..terimakasih”

Peneliti&guru bk: “Silahkan duduk..”

Peserta didik :”Iya pak.buk.”

Guru bk :”bagaimana kabar HJ hari ini?

Peserta didik :” allhamdulillah,baik bu..”

Guru BK :”oh ya,,,bagaimana kegiatanmu di pramuka?”

Peserta didik :”Allhamdulillah lancar bu...ehm...sebenarnya gini bu tapi...”

Guru BK :”ibu mengerti apa yag kamu rasakan saat ini, HJ tidak perlu takut karna apa yang akan kita bicarakan nanti sifatnya rahasia, jadi masalah ini hanya HJ dan ibu yang mengetahui.”

Peserta didik :”baiklah bu...sebenarnya saya punya masalah . ibu tahu kan selain aktif di pramuka saya juga aktif di organisasi footsall. Saya merasa menjadi sangat sibuk dan hanya punya waktu sedikit untuk belajar, bahkan terkadang saya harus meninggalkan kelas. Dengan mengikuti berbagai oerorganisasi saya

merasa mendapatkan pengalaman dan juga teman-teman baru. Akan tetapi akhir-akhir ini saya sangat sulit untuk mengatur waktu belajar saya. Biasanya saya baru akan sampai dirumah pukul 18.30, kemudian melihat tv sampai pukul 20.30. kemudian baru saya belajar atau mengerjakan tugas . saya sebenarnya ingin belajar tapi acaranya sangat menarik. Karna keterbatasan waktu belajar saya, Saya merasa gagal buk dalam prestasi belajar saya dan ini yang menjadi alasan saya membolos.terkadang saya juga tertidur saat belajar dirumah karena saya merasa kecapean saya bingung buk bagaimana mengatur waktu agar lebih banyak belajar lagi?"

Guru BK : "bingung?"

Peserta didik : "iya bu, saya bingung bagaimana mengatur waktu. Saya tidak ingin prestasi saya terus menurun, dan saya juga ingin kegiatan organisasi saya tetap berjalan dan tidak mengganggu kegiatan belajar saya."

Guru BK : "pada intinya kamu memiliki banyak kegiatan, sehingga kurang bisa mengatur waktu untuk belajar dan karena prestasi belajar mu menurun kamu merasa gagal dalam belajar sehingga kamu membolos karna malas untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar."

Peserta didik : "iya bu, benar sekali saya merasa seperti kekurangan waktu untuk belajar sehingga prestasi belajar saya menurun dan saya merasa gagal dalam belajar, itu yang ,menjadi alasan saya membolos."

Guru BK : "Dari apa yang telah kamu kemukakan tadi, ibu dapat menyimpulkan bahwa intinya kamu kurang bisa mengelola diri dalam hal pengaturan waktu belajar dengan kegiatan ekstrakurikuler kamu disekoah sehingga prestasi belajar kamu

menurun dan kamu merasa gagal dalam belajar dan ini yang menjadi alasan kamu membolos.”

Guru BK :”Nah sekarang ibu mau bertanya. Apa yang harus HJ lakukan agar waktu belajar dan waktu ekstrakurikuler kamu seimbang?”

Peserta didik :”ehm... mungkin dengan membuat catatan kegiatan bu?”

Guru BK :”ya catatan kegiatan itu tepat sekali. Nah sekarang ibu menyuruh kamu untuk membuat catatan kegiatan, kamu rumuskan catatan kegiatan kamu.”

Pertemuan kedua (saat jam istirahat)

Peserta didik :”assalamu’alaikum.”

Guru BK :”wa’alaikumsalam.. HJ silahkan masuk !!”

Peserta didik :”ini bu.. saya mau menyerahkan daftar kegiatan yang telah saya lakukan kemarin bu..”

Guru BK :”disini HJ mencatat bahwa kegiatan belajar HJ lebih sedikit dari pada mengikuti intrakurikuler dan ekstrakurikuler. HJ hanya belajar kira-kira satu jam perhari, latihan futsal 5 kali seminggu hingga pukul 18.00. dan sepulang sekolah HJ mengerjakan tugas-tugas atau hanya sekedar berada di sekretariat hingga pukul 15.30. menonton tv sepulang berlatih futsal

sampai pukul 20.30. disini HJ juga menyebutkan biasanya teman-teman HJ bermain kerumah. Menurut HJ apa yang seharusnya HJ lakukan?"

Peserta didik : "mungkin saya harus meningkatkan belajar saya dan mengurangi kegiatan organisasi saya dengan membuat jadwal dan saya harus disiplin dengan jadwal yang saya buat. Tapi saya bingung bu bagaimana saya merumuskan jadwal, saya pernah membuatnya namun prestasi saya tetap menurun dan saya tetap merasa gagal dalam belajar."

Guru BK : "tepat sekali, itu ide bagus. Ibu setuju mengenai perumusan jadwal. Ibu percaya dan yakin kali ini kamu pasti bisa. Baiklah, sekarang ibu akan membantu HJ untuk merumuskan jadwal yang tepat agar waktu kamu seimbang antara waktu belajar dan kegiatan ekstrakurikuler sehingga prestasi belajar kamu dapat meningkat. Dan setelah ini kamu tidak boleh membolos dengan alasan merasa gagal dalam belajar atau dengan alasan apapun."

Peserta didik : "iya bu"

Guru BK : "begini, sekarang mulailah mencatat semua kegiatan HJ selama sehari penuh. Catatlah secara cermat semua kegiatan mulai dari waktu dan berapa kali HJ melakukan kegiatan itu. Ibu beri waktu untuk HJ mencatat semua kegiatan HJ selama sehari penuh. HJ dapat melakukannya?"

Peserta didik : "saya rasa bisa bu"

Guru BK : "jangan mengatakan saya rasa bisa. Dapatkah HJ mengatakan 'Saya bisa melakukannya?'

Peserta didik : "ya bu, saya bisa melakukannya"

BK Guru :”melihat catatan kamu yang tadi setelah pelajaran disekolah berakhir, kamu langsung mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, kemudian sesampainya di rumah kamu tidak langsung belajar tetapi menonton tv terlebih dahulu, bahkan bisa sampai malam bila acaranya menarik. Pola inilah yang harus diubah. Buatlah jadwal kegiatanmu selama sehari penuh, mulai dari pagi sampai malam hari. Misalnya bangun pagi jam 05.30 sholat dan seterusnya.”

Peserta didik :”saya mengerti bu (guru bk menunggu peserta didik yang tengah merumuskan jadwal dengan tujuan agar dapat memantau apakah jadwal tersebut sudah tepat atau tidak) sudah selesai bu”

BK Guru : (melihat jadwal yang dibuat konseli) ”Berlatih futsal 3 kali seminggu, berada di sekolahan 4 kali seminggu hingga jam 3 sore, pulang dan istirahat hingga pukul 16.00, ngobrol dengan teman yang main kerumah 15 menit, kemudian berangkat bermain futsal, istirahat dan belajar dari pukul 19.15 hingga pukul 21.30, ditambah pagi setelah sholat subuh dari pukul 05.00-06.00.”

“Hem...baiklah jadwal yang kamu buat sudah cukup sesuai dan porsi waktunya juga cukup seimbang, antara kegiatan ekstrakurikuler, kegiatan belajar, waktu istirahat dan juga waktu bermain kamu. Selanjutnya kita akan menyusun konsekuensi jika HJ melanggar jadwal yang telah kita rumuskan ini.”

Peserta didik :”iya bu...jika saya melanggar jadwal yang telah dibuat maka saya tidak boleh mengikuti kegiatan ekstrakurikuler selama 2 hari dan mengkatinya dengan belajar di rumah. Bila ada teman yang main kerumah atau acara tv sangat

menarik dan saya harus melihatnya diwaktu belajar, maka saya akan menmbah waktu belajar saya diwaktu lain sebagai gantinya.”

BK Guru :”ibu percaya kamu dapat melaksanakannya dengan baik. Ibu yakin HJ akan jujur atas apa yang HJ lakukan”

Peserta didik :”Iya bu saya akan berusaha bu”

BK Guru :”pertemuan selanjutnya kita akan melakukan evaluasi kegiatan kamu, apakah kamu benar-benar menerapkan jadwal tersebut dengan baik atau tidak.”

Peserta didik :”Baiklah bu. Terimakasih banyak atas bantuannya. Saya juga akan meminta bantuan teman saya untuk mengingatkan bila saya berada di sekretariat atau berlatih football melebihi jadwal. Saya mohon izin untuk kembali ke kelas bu”

BK Guru :”oo ya silahkan”

Peserta didik :”permisi bu. assalamualaikum bu”

BK Guru :”walaikumsalam”

Pertemuan ketiga

Peserta didik :”assalamualaikum bu”

BK Guru :”walaikumsalam silahkan duduk HJ”

Peserta didik :”Iya bu”

BK Guru :”gimana kabar HJ hari ini?”

Peserta didik :”Alhamdulillah baik bu”

BK Guru :”oya,bagaimana dengan kegiatan kamu HJ?”

Peserta didik :”ya saya kesini juga kebetulan juga mau ngomongin soal itu bu
allhamdulillah kegiatan saya berjalan dengan baik meskipun sedikit ada
hambatan-hambatan namun saya akan selalu melawan hambatan tersebut”

BK Guru :”ya allhamdulillah jika kamu sudah bisa memenejemen diri mu sendiri.
Memangnya apa saja hambatan-hambatan tersebut?”

Peserta didik :”ya seperti teman-teman yang belum bisa mengerti posisi saya namun ada
juga teman-teman yang mensuport saya bu”

BK Guru :”ya allhamdulillah memang semuanya itu ada saja hambatannya namun sebisa
mungkin kita bisa menyikapinya dengan baik. Ibu rasa selama seminggu ini
kamu sudah cukup baik menjalankan self management ini. Ibu berharap
semoga selanjutnya kamu memenejement diri kamu dengan baik sampai
prestasi belajar kamu meningkat dan kamu tidak merasa gagal dalam belajar.
Dan harapan ibu kamu tidak akan membolos lagi.”

Peserta didik :”terimakasih bu, saya tidak akan membolos lagi bu”

BK Guru :”iya sama-sama ibu selalu membantu dan mensuport kamu”

Peserta didik :”terimakasih atas bantuannya bu. Kalau begitu saya permisi ke kelas ya bu”

BK Guru :”ya silahkan”

Peserta didik :”permisi ya bu. Assalamualaikum”

BK Guru :”ya wa’alaikumsalam”

DOKUMENTASI WAWANCARA DI SMA BUDAYA BANDAR LAMPUNG



